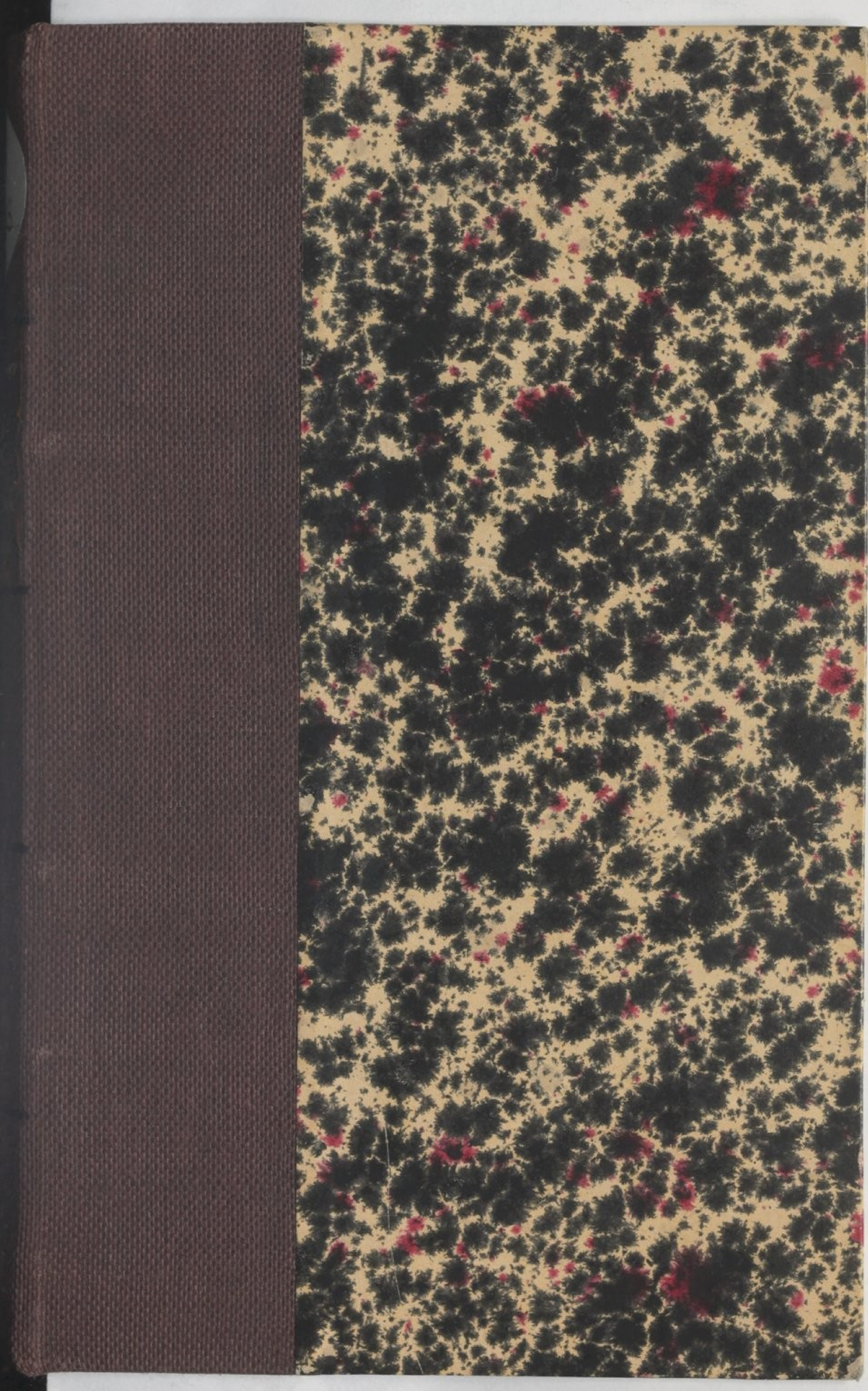
J. Charlemont. L'Art de la boxe française et de la canne... Préface du Dr Fernand Lagrange. 1re édition







J. CHARLEMONT

L'ART DE LA BOXE FRANÇAISE ET DE LA CANNE

Nouveau Traité Théorique et Pratique

Préface du Docteur Fernand LAGRANGE
Lauréat de l'Institut (Académie des Sciences) et de l'Académie de Médecine

La boxe française est une science profonde qui exige beaucoup de sang-froid, de calcul, d'agilité, de force. C'est le plus beau développement de la vigueur humaine, une lutte sans autres armes que les armes naturelles où l'on ne peut être pris au dépourvu.

Théophile Gautier.

Ce livre n'est qu'un canevas sur lequel le professeur peut broder à l'infini, exercer son initiative, et donner libre cours à son intelligence.

L'Auteur.

PREMIÈRE ÉDITION



PARIS
A L'ACADÉMIE DE BOXE, 24, RUE DES MARTYRS
1899

Souvenir et hommage de grande sympathie
à Monsieur Alfred de Sauvenière.

Paris le 18 avril 1899.

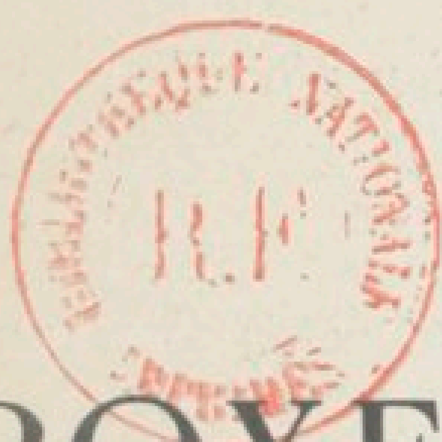
J. Charlemont

L'ART

DE LA

BOXE FRANÇAISE

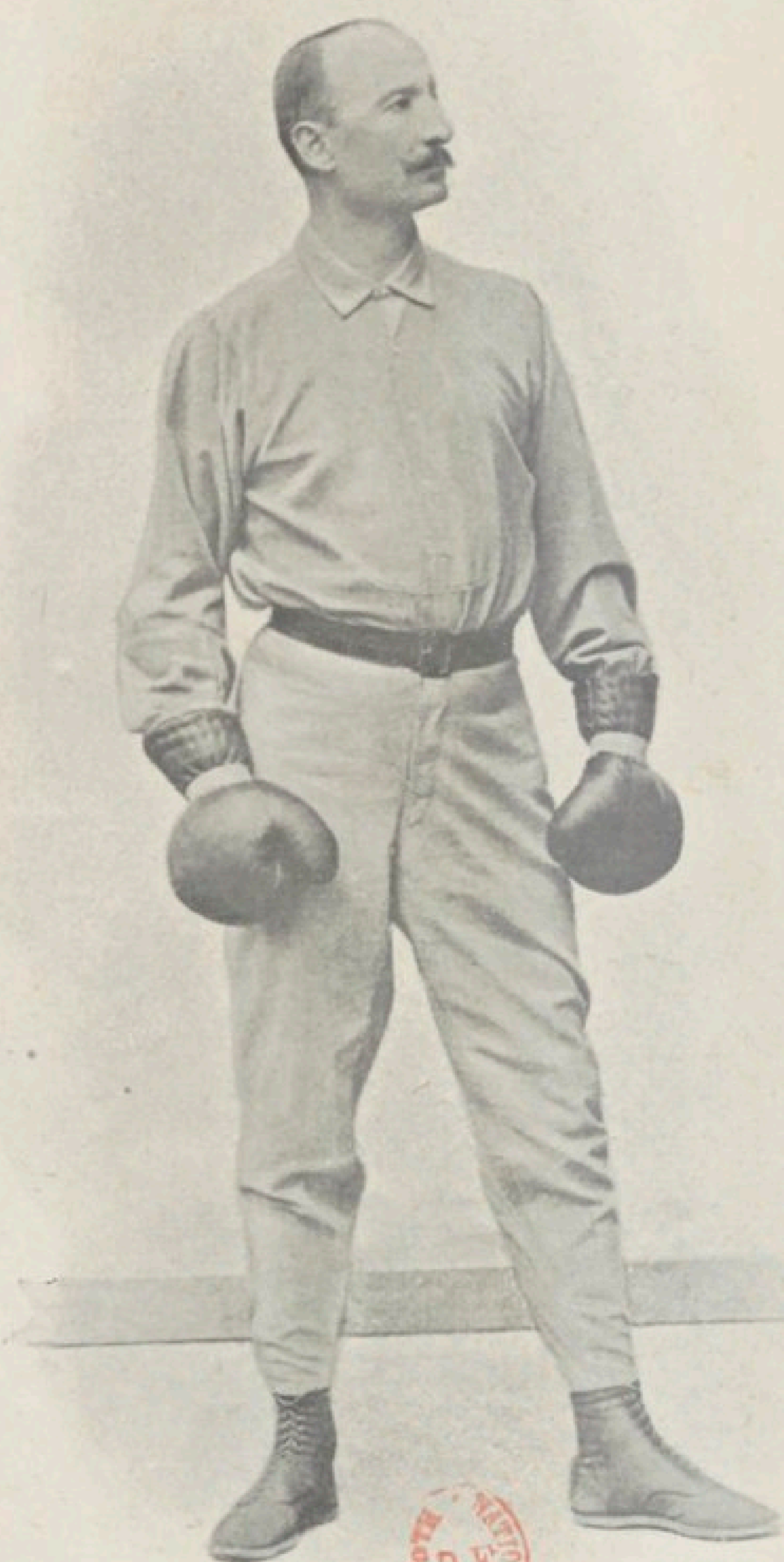
ET DE LA CANNE



J. Charlemont

Il a été tiré de cette édition :

2.000 exemplaires sur papier de grand luxe ;
25 exemplaires sur papier du Japon, numérotés.



J. CHARLEMONT

J. CHARLEMONT

L'ART
DE LA
BOXE FRANÇAISE
ET DE LA CANNE

Nouveau Traité Théorique et Pratique

Préface du Docteur Fernand LAGRANGE
Lauréat de l'Institut (Académie des Sciences) et de l'Académie de Médecine

> La boxe française est une science profonde qui exige beaucoup de sang-froid, de calcul, d'agilité, de force. C'est le plus beau développement de la vigueur humaine, une lutte sans autres armes que les armes naturelles où l'on ne peut être pris au dépourvu.
>
> Théophile Gautier.

> Ce livre n'est qu'un canevas sur lequel le professeur peut broder à l'infini, exercer son initiative, et donner libre cours à son intelligence.
>
> L'Auteur.

PREMIÈRE ÉDITION



PARIS
A L'ACADÉMIE DE BOXE, 24, RUE DES MARTYRS

1899

L'ART

DE LA

BOXE FRANÇAISE

INTRODUCTION

LE

RÔLE DE LA BOXE FRANÇAISE

DANS L'HYGIÈNE ET L'ÉDUCATION PHYSIQUE

PRÉFACE

Par M. le Docteur Fernand LAGRANGE

Beaucoup de lecteurs, sans doute, vont être surpris de voir en tête d'un *Traité de Boxe* une préface signée d'un nom de médecin.

C'est que la boxe française, telle que Charlemont l'a modifiée et la professe, n'est pas seulement l'art de la défense personnelle : c'est le plus hygiénique de tous les sports et c'est, de toutes les formes de la gymnastique, celle qui s'adapte le mieux à l'éducation physique du jeune homme et de l'enfant, celle qui développe le plus régulièrement toutes les parties du corps humain, qui perfectionne le plus sûrement toutes les aptitudes physiques.

Mais voilà une affirmation qui va susciter, sans aucun doute, des réclamations passionnées parmi les hommes de sport. Chacun de nous a son exercice de prédilection : c'est celui dans lequel il réussit le mieux. Et chez tout homme adonné à son sport favori, le bien-être physique que procure toujours un exercice quel qu'il soit quand il a produit l'état *d'entraînement,* le double d'une satisfaction d'un autre ordre qui est le plaisir d'y exceller. L'exercice où l'on excelle est donc, naturellement, celui qu'on préfère et qu'on vante. Or, l'exercice dans lequel on excelle est celui pour lequel on a le plus d'aptitudes naturelles. Si, donc, nous nous en tenions à ces arguments de pur

sentiment, nous serions amenés à cultiver et à développer tout spécialement les aptitudes que la nature a fait prédominer en nous, c'est-à-dire celles qui n'ont nullement besoin d'être perfectionnées et à laisser dans leur état d'infériorité native celles dont nous sommes moins bien pourvus. Cette manière de procéder serait peut-être logique, en se plaçant à l'unique point de vue du sport, quand il s'agit de surpasser un concurrent dans un exercice spécial. Elle est absurde quand on se place au point de vue de l'hygiène qui recherche le parfait équilibre des fonctions vitales, ou au point de vue de l'éducation physique qui doit viser le développement harmonieux de toutes les aptitudes physiques et non la prédominance de l'une d'elles. Qui dit prédominance d'une aptitude spéciale dit infériorité relative des autres aptitudes, et par conséquent défaut d'équilibre dans l'ensemble du type humain.

Et il ne faut pas oublier que le développement d'une aptitude est en proportion du développement de l'organe correspondant.

L'homme « plus fort » des bras que des jambes est en réalité celui dont les jambes sont « trop faibles » et trop peu développées, par rapport aux bras.

C'est un corps mal équilibré.

Celui-là aura peut-être avantage, pour briller dans un concours de gymnastique, à porter à l'extrême le développement de cette force locale; mais il ne fera ainsi qu'augmenter encore le défaut d'harmonie qui existe entre les membres inférieurs et les membres supérieurs, et rendre plus apparente l'insuffisance des jambes.

Quand nous voyons, dans les cirques, ces spécialistes du trapèze qui passent leur vie, suspendus par les mains, à exercer constamment la partie supérieure du corps sans faire travailler jamais les membres inférieurs, l'idée qui nous vient n'est pas d'admirer combien leurs bras sont gros mais plutôt de regretter que leurs jambes soient si grêles.

Si donc on veut faire des hommes bien bâtis et bien équilibrés et non des spécialistes professionnels, il faut donner à chaque partie du corps d'autant plus de travail qu'elle est plus faible. Et de même il faut chercher à rétablir l'équilibre entre

les diverses aptitudes que l'exercice met en jeu : prescrire des exercices de vitesse plutôt que des exercices de force, chez les hommes à muscles vigoureux mais à formes massives ; imposer au contraire des efforts musculaires progressivement augmentés chez les hommes agiles mais peu musclés et exercer enfin, aux exercices difficiles, ceux qui sont maladroits de leurs membres. Car le genre d'exercice dont chacun aurait le plus besoin pour perfectionner son éducation physique et régulariser la conformation de son corps se trouve être justement celui auquel il aurait le moins d'aptitude et de penchant.

Mais ce ne sont là que des considérations générales, tendant seulement à montrer le peu de cas qu'il faut faire des préférences personnelles dans le choix d'un exercice au point de vue de l'éducation physique et de l'hygiène. En pratique et lorsqu'il s'agit d'un homme de constitution moyenne et de proportions régulières, le problème se réduit à développer également tous les muscles du corps et toutes les aptitudes physiques, de façon à en accroître l'énergie sans détruire l'harmonie des proportions et des forces.

L'exercice le plus favorable à ce développement régulier sera donc l'exercice le moins *spécial,* — j'entends celui qui tiendra le moins à localiser ses effets sur une région limitée du corps, ou à mettre en jeu, à l'exclusion des autres, une aptitude particulière, soit la force, soit l'agilité, soit l'adresse. — Or, à ce point de vue, la *boxe française* est le moins « spécial » de tous les exercices, car c'est celui qui tend le plus à faire participer au travail tous les muscles du corps et à développer simultanément toutes les aptitudes physiques, sans qu'aucune soit particulièrement visée au détriment des autres.

Dans ce genre d'exercice, une part égale est faite au développement de chaque muscle du corps, ainsi qu'au perfectionnement de toutes les aptitudes physiques, la force, l'agilité, l'adresse. Pour boxer « à la française » il faut faire agir, aussi souvent la jambe que le bras, aussi énergiquement les parties gauches que les parties droites, et par conséquent exercer et développer également tous les membres et toutes les régions du corps. On sait aussi que le pied du boxeur doit porter ses coups

avec autant de vitesse que son poing, frapper avec la même précision, tromper les parades avec la même adresse.

Mais l'éducation physique du boxeur ne se borne pas à ce développement des forces musculaires et à ce perfectionnement des mouvements. Il acquiert, par la pratique, d'autres qualités qui sont d'ordre intermédiaire entre les aptitudes physiques et les facultés intellectuelles : par exemple, l'appréciation des distances, cette qualité qui résulte de l'éducation de l'œil et grâce à laquelle le tireur sait choisir pour lancer son coup le moment même où l'adversaire se trouve à juste portée. — On peut dire même, sans nulle exagération, qu'un assaut de boxe française comporte l'exercice incessant d'un certain ordre de facultés intellectuelles et non des moins élevées ; car chaque coup de poing ou de pied doit être précédé d'un raisonnement qui en calcule l'opportunité, et d'un jugement, rapide comme l'éclair, qui en décide l'exécution. Il faut pénétrer l'intention de l'adversaire pour la déjouer; calculer, d'après le tempérament qu'on lui reconnaît, le degré d'habileté ou de finesse qu'on lui suppose, la probabilité de telle ou telle attaque, la possibilité d'y opposer telle ou telle parade, d'y répondre par telle ou telle riposte. — Et notez qu'attaques, parades et ripostes peuvent se faire au moyen de quatre armes différentes : les deux pieds et les deux mains !

On le voit, il n'est aucune partie du corps, aucune aptitude physique et même aucune faculté intellectuelle qui ne soit bien mise en jeu — et par conséquent exercée — chez l'homme qui se livre à un assaut de boxe française. Et l'on peut dire, appuyé sur des arguments raisonnés et non plus sur des préférences individuelles, que cet exercice est le meilleur de tous au point de vue de l'éducation physique.

Si on veut pousser un peu plus loin l'analyse des mouvements de la boxe française, on va voir que ce genre de sport n'est pas seulement apte à assurer le développement régulier des forces du corps et le perfectionnement des facultés physiques. Aucun autre exercice ne répond mieux aux exigences de l'hygiène générale et surtout à celles de l'hygiène spéciale de l'enfant qui grandit. En effet, une courte excursion dans le domaine de la

physiologie va nous montrer combien, pendant la période de la croissance, il importe de choisir un exercice qui répartisse également le travail dans tous les muscles, comme le fait la boxe française, de préférence à ceux qui le localisent plus spécialement dans une moitié latérale du corps, comme l'escrime, ou dans la moitié supérieure du corps, comme les agrès de gymnastique.

Chez l'enfant qui grandit, il est de la dernière importance d'éviter toutes les conditions qui peuvent favoriser la prédominance d'un groupe de muscles sur les autres groupes; car cette prédominance serait une condition capable de provoquer, ou tout au moins de favoriser, les *déformations du corps*. Non seulement l'inégalité du développement des muscles peut troubler l'harmonie des proportions, mais encore l'inégale distribution des forces musculaires peut causer des attitudes vicieuses et des déviations de la taille. Si la colonne vertébrale d'un homme debout garde une direction parfaitement verticale, c'est grâce à l'égalité des forces qui agissent sur elle en sens inverse.

On peut comparer la colonne vertébrale à un mât planté debout et maintenu en place par un système de cordages symétriques qui partiraient de sa pointe pour aller se fixer au sol; les uns vers la droite et les autres vers la gauche, comme font les haubans d'un navire. Si toutes les cordes sont également tendues, leur action se fait équilibre et le mât reste vertical; mais, si les cordes sont plus tendues à droite qu'à gauche, le mât penchera vers la droite, et inversement. De même la colonne vertébrale est maintenue dans son attitude correcte, grâce à l'égale tension des cordes fibreuses par lesquelles les muscles du dos symétriquement disposés viennent s'attacher à droite et à gauche des vertèbres. Et si la force des muscles droits devient supérieure à celle des muscles gauches, la colonne vertébrale s'inclinera vers le côté droit, comme le mât, tout à l'heure, penchait dans la direction des haubans trop tendus. — C'est cette déformation latérale de la taille, si commune dans l'âge de la croissance, qu'on appelle la *scoliose*.

Tous les exercices qui donnent plus de travail (et par conséquent communiquent plus de vigueur) aux muscles d'un côté

qu'à ceux de l'autre favorisent la scoliose, en détruisant l'équilibre des forces auxquelles est dévolu le maintien de l'attitude verticale; et il y a malheureusement trop d'exercices, parmi ceux qu'on est habitué à choisir pour l'enfant, qui font travailler un seul côté du corps; laissant s'atrophier certains muscles pendant que les muscles d'action opposée s'hypertrophient.

La boxe française est donc le type des exercices qui ne déforment pas le corps. Mais on peut dire plus, c'est le type des exercices qui peuvent redresser la taille quand elle tend à se dévier : c'est un exercice véritablement doué d'un effet *orthopédique* positif.

L'orthopédie, qui est l'art de redresser les déviations de la taille, ne se borne pas, comme on le croit trop souvent, à appliquer des corsets et autres appareils de redressement mécanique.

Elle emploie aussi et surtout des mouvements raisonnés, pour rétablir l'harmonie dans l'action des muscles qui maintiennent la colonne vertébrale dans la direction normale. Parmi les exercices de la gymnastique orthopédique les plus propres à corriger les déviations de croissance, presque toujours produites par un vice habituel de la tenue, sont les exercices d'*équilibre* et les exercices de *souplesse*.

Les Suédois, nos maîtres en orthopédie, habituent les jeunes filles à marcher sur l'étroite arête d'une planche placée de champ; il les exercent aussi à courir sur la pointe des pieds, en portant sur la tête de légères corbeilles qui tomberaient au moindre déplacement du centre de gravité. Elles font ainsi l'éducation des muscles dorsaux qui s'habituent à agir ensemble dans une parfaite harmonie; les muscles du côté droit exerçant sur la vertèbre une action toujours égale à celle des muscles gauches qui lui font opposition. De ce parfait accord des forces antagonistes résulte la stabilité du centre de gravité grâce à la direction parfaitement verticale que prend la colonne vertébrale. Par la répétition fréquente de ces exercices, la jeune fille conserve, même au repos, l'attitude que ses muscles bien disciplinés se sont habitués à donner aux vertèbres. Elle acquiert ainsi une taille droite et un maintien parfait; que les exercices

de force ne pourraient lui donner comme ces exercices d'équilibre.

Quant aux exercices de *souplesse,* chacun a pu remarquer combien ils contribuent à donner au corps une tenue correcte et une tournure élégante. La souplesse de la taille est une condition sans laquelle le corps ne peut trouver rapidement son équilibre dans les divers changements de position qu'on lui fait subir. Pour que la direction de la colonne vertébrale soit parfaitement correcte dans toutes les attitudes du corps, il faut que les vertèbres puissent glisser les unes sur les autres avec facilité dans toutes les directions: c'est pourquoi la souplesse se développe à l'extrême dans les exercices où le buste doit à chaque instant se déplacer avec rapidité en avant ou en arrière, vers la droite ou vers la gauche, sans jamais perdre son aplomb. En orthopédie le premier temps du traitement des déviations de la taille consiste à mobiliser les vertèbres du dos et des reins, toujours raidies et à demi ankylosées chez les sujets déviés. On ne peut les redresser sans avoir produit cet assouplissement préalable.

Telle est l'importance, en orthopédie, des exercices d'équilibre et des exercices de souplesse.

Or la souplesse et l'équilibre sont les deux qualités que développe au plus haut degré la boxe française. Il suffit de parcourir le beau livre de Charlemont, et même simplement d'en regarder les planches, pour voir à quel point la faculté de garder l'équilibre doit se développer en boxant. Impossible de donner un coup de pied sans déplacer le centre de gravité du corps. Il faut, avec la rapidité de l'éclair, assurer son aplomb sur une seule jambe, pendant que l'autre fouette le « coup de pied horizontal » à hauteur de poitrine, lance à hauteur de tête le « coup de pied de figure » ou détache à longue portée le « coup de pied bas ».

Quant à la souplesse, c'est la qualité maîtresse des tireurs qui excellent dans le coup de pied. Si la perfection de l'équilibre est indispensable à l'homme qui doit chercher son aplomb d'une jambe à l'autre en déplaçant rapidement le centre de gravité du corps, la souplesse parfaite des ligaments vertébraux est indispensable aux déplacements très étendus du buste sans lesquels

les coups de pied ne pourraient arriver à la hauteur voulue. Tous les coups de pied (à l'exception du coup de pied « bas » et du coup de pied « direct »), se donnent par l'écartement latéral du membre inférieur, ou, suivant l'expression physiologique, par un mouvement d'*abduction*. Or le mouvement d'abduction de la cuisse est naturellement très peu étendu.

S'il était strictement localisé dans l'articulation de la hanche, les autres articulations restant immobiles, le pied ne dépasserait pas le genou de l'adversaire et nous savons que le tireur doit pouvoir porter le pied à hauteur de figure. Si le coup arrive à hauteur voulue, c'est que les articulations du bassin avec les vertèbres et celles des vertèbres entre elles permettent, grâce à leur souplesse, de décupler l'étendue du mouvement. Aussi voit-on, quand le coup se détache, les reins se creuser et se ployer, le tronc s'infléchir et se courber en arc, afin de permettre au bassin d'accompagner la cuisse et la jambe, et de décupler ainsi l'amplitude du mouvement.

Pour se rendre compte du degré de souplesse que peut développer la boxe bien faite, il faut comparer un boxeur professionnel avec un homme du même âge : il faut voir Charlemont père, qui touche aujourd'hui à la soixantaine, passer la jambe par dessus la tête d'un adversaire plus grand que lui, et, trompant sa parade, venir le toucher à la poitrine avec autant de délicatesse qu'un maître d'armes qui place son coup de bouton, après avoir trompé un contre.

* * *

Mais la boxe française n'est pas seulement utile au développement de la souplesse et de l'équilibre, à l'hygiène de la croissance et au redressement de la taille. A côté de ces bénéfices, utiles surtout pour les enfants et les jeunes gens, cet exercice en apporte d'autres qui sont précieux pour l'homme fait et même pour l'homme mûr.

De trente à cinquante ans, chez l'homme à vie sédentaire, homme de bureau ou homme de plaisir, les troubles les plus

fréquents de la santé dus au manque d'exercice sont des troubles de la digestion : défaut d'appétit, atonie de l'estomac et des intestins, ballonnement, lenteur des fonctions digestives, avec tout le cortège des congestions, lourdeurs de tête et vertiges qui en sont la conséquence. Parmi les facteurs de ces troubles digestifs, il faut noter en première ligne le défaut d'action des muscles abdominaux, muscles qui forment les parois du ventre en avant, et qui doublent, en arrière, la cavité où sont renfermés l'estomac, les intestins et le foie. La nature a prévu et pour ainsi dire escompté l'action de ces muscles : ils sont les auxiliaires d'une série d'autres muscles plus petits et plus faibles non soumis à la volonté et qui entrent dans la structure intime des parois du canal où cheminent les aliments. Il y a, dans la digestion, des actes chimiques qui transforment les matières ingérées dans l'estomac en principes assimilables ; mais il y a aussi, dans cette fonction, des actes *mécaniques* de la plus haute importance. Les aliments doivent être soumis, par les fibres musculaires de l'intestin, à une sorte de pétrissage qui les imprègne des sucs sécrétés par les glandes et à une poussée énergique qui leur fait franchir dans le temps voulu les diverses étapes de leur trajet. Il faut que, dans ce travail, les muscles intestinaux soient secondés par l'action des mouvements abdominaux. Et c'est en cela que les hommes adonnés à de durs travaux, ceux qui manient la pioche ou le marteau, ceux qui se baissent et se relèvent cent fois par heure pour soulever et déplacer des fardeaux, tous ces hommes qui gagnent si péniblement leur nourriture, la digèrent du moins avec une extrême facilité ; pendant que l'homme oisif, sur les sièges moelleux de son cercle, ou l'employé de bureau sur son « rond-de-cuir » se sentent alourdis pendant des heures par leur dîner qui « ne passe pas ».

Et notons qu'un exercice banal, comme la marche, ne suffit pas toujours pour faire cheminer, avec la régularité voulue, le bol alimentaire qui s'attarde sur l'estomac. La marche ne met pas en œuvre les muscles abdominaux. Ceux-ci n'entrent en jeu que dans les mouvements où le tronc se fléchit, comme chez le forgeron qui bat le fer, ou bien tourne sur lui-même comme chez

le faucheur; ou, encore, dans ceux où les genoux s'élèvent en se rapprochant de la poitrine, dans ceux où les reins se ploient de côté pour rapprocher la poitrine de la hanche; dans ceux, en un mot, qui fléchissent la colonne vertébrale ou qui la font tourner sur son axe, car ces mouvements de *flexion* et de *rotation* sont provoqués par l'action des muscles abdominaux.

Et ce n'est pas seulement pendant la durée de l'exercice que ces mouvements favorisent la digestion. Même au repos, les muscles abdominaux ont un rôle considérable dans la fonction digestive, par le soutien qu'ils fournissent à la masse de viscères, par la compression que leur élasticité fait subir aux gaz dont l'expansion exagérée « ballonnerait » l'estomac et l'intestin. En disposant autour des intestins ces larges muscles qui les enserrent, la nature a voulu créer un moyen de fixation et de soutien, une sorte de ceinture élastique, autrement efficace que les tissus caoutchoutés par lesquels on cherche à y suppléer quand les muscles ont perdu leur force et leur ressort, chez les malades atteints d'*atonie* musculaire de l'abdomen. Le défaut de fermeté des muscles qui soutiennent le ventre permet aux gaz intestinaux de forcer la résistance des parois du canal digestif, de distendre et de dilater l'estomac et l'intestin. L'atonie de ces muscles permet en outre à la lourde masse des viscères de se déplacer au moindre mouvement, de tirailler les ligaments auxquels elle est suspendue; d'où mille sensations pénibles qui retentissent sur le système nerveux pour provoquer la neurasthénie; d'où, aussi, mille obstacles apportés à la circulation régulière des aliments dans un canal que ces déplacements anormaux peuvent couder ou tordre sur lui-même, comme l'a si bien exposé mon confrère et ami le docteur Glénard, en décrivant la maladie qu'il a nommée *l'entéroptôse,* c'est-à-dire le déplacement et la descente des organes digestifs.

Si donc, on veut conserver aux muscles du ventre la vigueur et la fermeté qui en font les auxiliaires indispensables de l'estomac et de l'intestin; si, de plus, on veut leur donner la force de s'opposer au dépôt des éléments graisseux qui font « prendre du ventre » aux hommes de vie sédentaire, à ceux dont, justement le ventre ne travaille jamais... que pour digérer, il faut

exercer ces muscles et leur donner un travail quotidien au moyen d'un exercice approprié.

Or la boxe française, plus que tout autre exercice, fait travailler les muscles abdominaux. Aussi bien pour le coup de pied que pour le coup de poing, autant pour « esquiver » le coup que pour le porter, la paroi de l'abdomen travaille chez le boxeur. Quand la jambe se lève, c'est un muscle latéral du ventre qui fait basculer le bassin et le place dans une position oblique, indispensable à la grande étendue du mouvement. De même, pour le coup de poing, ce sont les muscles abdominaux qui travaillent bien plus encore que ceux du bras. Chacun sait que, chez le boxeur, le bras est fouetté en avant par l'épaule ; mais l'épaule elle-même est portée d'arrière en avant par un mouvement de pivot qui fait tourner le thorax buste autour de l'axe vertical de la colonne vertébrale. Et c'est d'un muscle de l'abdomen, le *grand oblique,* que procède la force employée pour ce mouvement de rotation, sans lequel le coup de poing ne peut être porté « à fond ».

C'est « du ventre », et non des reins comme on le dit parfois à tort, que doit partir un coup de poing bien appliqué; et les muscles du ventre travaillent aussi pour lancer le coup de pied à hauteur voulue.

Aussi la boxe française est-elle un exercice qui s'adapte aussi bien aux troubles de la santé les plus fréquents dans l'âge mûr qu'aux vices de développement les plus à redouter dans l'âge de la croissance.

C'est, de plus, un exercice récréatif et relativement facile; facile au point de vue de l'effort qu'il nécessite, car il ne s'agit jamais ici de mouvements athlétiques, chaque membre n'ayant à mouvoir que son propre poids et ne devant exécuter que les mouvements auxquels il est naturellement destiné ; facile encore — au moins si on le compare à d'autres genres d'escrime — dans la technique de ses mouvements. Si la pratique de l'assaut laisse au perfectionnement du tireur un champ infini, on peut dire, du moins, que les leçons en sont faciles à suivre pour un homme même lourd, même peu habile à se servir de ses membres, eût-il atteint les limites de l'âge mûr. Et, même dans

2

la simple leçon où l'on se borne à exécuter conventionnellement les divers mouvements et les diverses phrases de la boxe française, on trouvera un intérêt suffisant pour que cet exercice puisse devenir une distraction.

Tels sont donc les arguments rationnels qu'on peut tirer de l'analyse scientifique de la boxe française pour en établir la valeur au double point de vue de l'éducation physique et de l'hygiène. Et l'on voit que bien des raisons valables nous autorisent à proclamer la supériorité de cet exercice sur la plupart des autres exercices de sport.

Docteur FERNAND LAGRANGE.

PRÉFACE DE L'AUTEUR

La boxe existe depuis le commencement des siècles, sous plusieurs formes différentes. Les Grecs, les premiers, en firent un exercice qu'ils nommaient « *Pugilat* ». Ils le faisaient figurer dans leurs jeux et dans leurs fêtes. C'était le combat à coups de poing. Ils le pratiquaient les mains garnies d'un gantelet formé de lanières de cuir, qui était parfois garni de lames de métal, en fer ou en plomb; on le nommait « le Ceste ».

Il y eut souvent des combats terribles dans lesquels le vaincu trouvait parfois la mort et le vainqueur était plus ou moins maltraité. Les Grecs pratiquaient aussi un autre exercice : « le Pancrace » ; c'était la lutte mêlée de pugilat.

Les Anglais ont continué, en fait de pugilat, la tradition antique, et pratiquent encore aujourd'hui ce qu'on appelle : « la Boxe anglaise » (English-Boxing); c'est le combat à coups de poing qui se fait de deux manières : la première, que nous appelons assaut, est le « Sparing-Boxing » ; les mains sont garnies de gants de peau rembourrés de crin. La seconde est le combat à poings nus, qui fait souvent, presque toujours, l'objet de matches et de paris où d'énormes sommes d'argent sont engagées.

C'est vers le quatorzième siècle que la boxe fut introduite en Angleterre. Elle s'y pratique beaucoup de nos jours *comme première manière* et paraît vouloir entrer dans une nouvelle phase, comme éducation physique et exercice hygiénique ; quant aux combats à poings nus, ils deviennent de plus en plus rares.

La boxe française vient à peine de naître ; elle n'a pas encore un siècle d'existence. Ce n'est que vers 1824 qu'elle fait son apparition; sous le nom de « la savate ». De son origine, on ne sait pas grand'chose.

Comment est-elle née ? Qui en a été le principal inspirateur,

le véritable créateur ? Les premiers professeurs connus à cette époque étaient : Michel dit Pisseux, Moufflet, Gousset, Charles Lecour, Leboucher et Lozes, mais avant eux ? Qui a été leur maître ? nul ne le sait. Les uns disent que Michel dit Pisseux introduisit le premier les éléments de la savate, en réunissant quelques coups usités dans les barrières de Paris, et en forma une théorie que nous avons du reste entre les mains ; aucun autre document ne peut nous éclairer d'une manière précise sur le véritable auteur de la savate.

D'autres prétendent que la ville de Caen en a été le berceau. On cite parmi les maîtres anciens, Fanfan, Sabattier, Baptiste, qui compta le duc de Berry au nombre de ses élèves ; Mignon, Rochereau, Carpe, Champagne, François, Toulouse et Gadou.

On attribue à Charles Lecour l'adjonction des coups de poing à la savate. Alexandre Dumas lui-même raconte, dans un de ses ouvrages, que ce professeur est allé à Londres pour apprendre la boxe anglaise, mais c'est là une erreur que nous avons, d'ailleurs, reproduite dans notre premier traité de boxe et que Charles Lecour nous a prié de rectifier.

Il prit des leçons de boxe anglaise à Paris, avec Adams, boxeur anglais, à la suite d'un combat que celui-ci eut avec Owen Swift, et auquel Charles Lecour assistait. Les premiers principes de la boxe française lui furent enseignés par Michel Pisseux, qui pratiquait déjà les coups de poing.

Quant au chausson marseillais, nous connaissons peu de chose sur son origine, qui doit être fort éloignée. Louis Garneray, peintre de marine, raconte que, pendant sa captivité sur les pontons anglais, il assista souvent à des assauts de chausson dont les acteurs étaient des Français prisonniers, contre des Anglais qui se servaient des poings seulement.

Depuis longtemps on pratiquait à Marseille, à Aubagne, à Toulon et quelques petites localités, un jeu de lutte qui consistait à se toucher avec la pointe du pied. Les coups ne se comptaient que de la ceinture aux épaules et du menton au front ; ceux qui étaient portés sur le cou et les bras ne se comptaient pas.

Chaque adversaire tirait à son tour et devait attendre pour

riposter que son antagoniste ait terminé son attaque. Les tireurs cherchaient plutôt à produire des effets de jambe qu'à se toucher.

Plus tard, on essaya de perfectionner le chausson en y adaptant la boxe anglaise, que quelques prisonniers revenus des pontons avaient importée à Marseille, mais les coups de poing étaient de simples tapes données avec le dos ou l'intérieur de la main, sur la poitrine et rarement, très rarement même, sur la figure.

L'assaut s'ouvrait toujours par une série de coups de pied en tournant que chaque adversaire exécutait à tour de rôle, pendant un temps plus ou moins long; plus les coups de pied en tournant étaient nombreux, plus les tireurs étaient applaudis.

Il y a une vingtaine d'années, un tireur de talent parmi les tireurs de chausson fut un nommé Isnard, qui devint le champion de Provence; il avait modifié totalement la manière habituelle de tirer; il évitait les fioritures si chères à ses devanciers et ne cherchait pas à exécuter des ronds de jambe, mais bien à toucher son adversaire. Il eut de nombreux rivaux qui critiquaient sa manière de faire, mais qui durent baisser pavillon devant la supériorité écrasante de celui qu'ils accusaient de vouloir tuer le chausson.

Quelques-uns, depuis, ont voulu imiter Isnard; ils ne sont arrivés qu'à une médiocre réputation, parce qu'ils tiraient comme des machines, au hasard, et sans se rendre compte du rôle que l'intelligence joue chez un tireur savant.

Peu importe l'origine de la boxe française et ses promoteurs réels; il ne reste pas moins acquis que les premiers professeurs dont nous parlons ont fait leur devoir et ont donné à la boxe française ce que l'on pouvait espérer à cette époque. Étant données la lenteur que mettent les choses à se propager et les luttes de toutes sortes qu'ont eu à soutenir les initiateurs de cet art, on reconnaîtra facilement qu'en soixante-dix ans un exercice, qui n'est pas absolument de première nécessité dans la vie matérielle, a fait cependant un chemin rapide; il faut avouer aussi que c'est aux efforts dévoués et intelligents de professeurs, qui devaient en même temps vivre de leur profession, qu'on

doit les progrès et les perfectionnements du travail commencé par les anciens.

Actuellement, la boxe française est solidement établie en France; on peut dire qu'elle est entrée dans nos mœurs et appréciée justement.

Si on la pratique moins que l'escrime et la gymnastique, c'est qu'elle est plus jeune d'origine et qu'elle n'a pas été bien comprise de prime abord.

De grands assauts publics et de belles fêtes fréquemment données ont beaucoup contribué à développer le goût de cet excellent exercice, en mettant le public à même de juger ce qu'il ne pouvait croire, car rien ne peut convaincre comme de voir. Beaucoup de spectateurs, imbus de fausses idées sur la boxe, sortaient d'un grand assaut sincèrement convaincus qu'ils s'étaient trompés et devenaient ensuite des admirateurs.

Dans tous ses assauts, Charlemont a eu l'heureuse idée de faire figurer la démonstration de la théorie pratique de la boxe française. C'est un excellent moyen d'initier le public à l'enseignement de cet admirable exercice, et le maître a eu en cela des imitateurs; car nous voyons maintenant les autres professeurs faire dans leurs assauts la démonstration de la boxe et même de la canne.

Il est vrai de dire que les assauts d'aujourd'hui laissent loin derrière eux ceux d'autrefois, donnés dans des salles peu élégantes et plus ou moins bien fréquentées. Les tireurs s'harmonisaient avec elles, par leurs costumes et leur tenue; les uns en pantalon de ville, d'une propreté douteuse et tenu par une des deux bretelles, ou une ceinture de débardeur, rouge ou bleue; d'autres en tricot marin, rayé bleu et blanc, une paire de chaussons ou d'espadrilles. Aujourd'hui, autre temps, autres mœurs; les salles sont splendides, spacieuses et situées dans les plus beaux quartiers de Paris, telles : la salle des Agriculteurs de France, celle des fêtes de l'Hôtel-Continental et du Grand-Hôtel, la Comédie-Parisienne et le magnifique Cirque des Champs-Élysées. La tenue des tireurs s'accorde avec l'élégance de la salle : jolis costumes de flanelle, ceintures de soie, gants et bottines de peau fine, le tout de bon goût et d'une grande propreté.

Nous avons assisté à ces magnifiques fêtes données par Charlemont, Leclerc et la Société des Boxeurs Français, fondée par Charlemont père et fils. Les salles étaient bondées de monde et du meilleur; plusieurs milliers de spectateurs, des familles entières y assistaient; les dames et les demoiselles, en grand nombre, en toilettes fraîches et luxueuses; les messieurs en tenue de cérémonie; on se serait cru à une soirée de première à l'Opéra. Tout ce monde rehaussait l'éclat de la fête et concordait bien avec le lieu, prouvant en même temps l'intérêt que provoquent aujourd'hui les assauts de boxe.

On distribuait à l'intérieur, et gratuitement, le programme illustré des assauts et des fleurs aux dames; c'était charmant.

La boxe plaît aux dames, c'est un progrès, c'est aussi d'un bon augure; la partie est gagnée. On dit que lorsque les dames se mêlent de révolution, c'est signe de victoire. Nous sommes donc rassurés sur l'avenir de la boxe, sa révolution se fait tous les jours avec le concours des dames et sans aucun danger.

Sans aucun *danger,* nous insistons sur ce dernier mot, car depuis que la boxe française existe, il n'y a pas trace du moindre accident; tout se borne à un œil poché, et très rarement encore; un bleu aux jambes ou au corps, et ceci ne peut avoir lieu que dans les assauts, car pendant l'enseignement rien n'est à craindre des coups. La boxe française s'enseigne comme la grammaire, le dessin ou la musique. Nous pouvons ajouter que c'est le seul de tous les exercices physiques où il n'y ait jamais d'accident, contrairement à l'escrime à l'épée et à la gymnastique aux agrès, où il peut se produire des accidents graves et souvent mortels; tout le monde sait cela. Dans la boxe française, rien de pareil n'est à craindre. On peut affirmer que la boxe française est le meilleur de tous les exercices gymnastiques pour les enfants et les jeunes gens ; *sans offrir de danger;* elle donne la souplesse et l'agilité, fait travailler le côté gauche autant que le côté droit, développe la force avec harmonie et donne une grande adresse à tous les membres.

Dans son livre *la Physiologie des exercices du corps,* page 302, le docteur Fernand Lagrange, après avoir analysé tous les exercices physiques au point de vue du développement rationnel,

conclut à la supériorité de la boxe française sur tous les autres exercices.

La boxe française combat, chez l'enfant comme chez l'homme, la timidité; elle aide à réagir dans des moments que l'on pourrait traiter de poltronnerie; en un mot elle donne, par le sang-froid acquis, l'énergie et la bravoure.

Ce n'est pas seulement un exercice mécanique, l'intelligence y trouve aussi sa part de travail, car on ne fait bien la boxe qu'en la raisonnant.

C'est une erreur de croire qu'elle rend batailleurs ceux qui en font; nous sommes bien placés pour pouvoir affirmer le contraire, et soutenir que, généralement, les hommes forts ou adroits n'abusent jamais de leurs moyens. Il arrive parfois que deux personnes en discussion en viennent aux mains; pourquoi ? Parce qu'elles ne possèdent pas le sang-froid nécessaire, ni la confiance en elles-mêmes; elles s'énervent et frappent pour ainsi dire sans s'en être aperçues, presque contre leur volonté; elles ne sont pas maîtresses d'elles-mêmes.

Une personne bien exercée n'agira point ainsi, elle conservera son sang-froid, sa confiance dans sa force et son adresse, restera calme, polie, et désarmera le plus souvent son adversaire par son attitude énergique.

Lorsqu'on est fort et adroit, on ne se sert de ses moyens que dans les cas extrêmes de légitime défense.

Il est de première nécessité de bien connaître la boxe; alors ni la force, ni l'adresse, ni la vitesse, ni l'audace, ni la méchanceté, ne peuvent rien contre cette science qui réunit toutes les qualités, complétées par le raisonnement. Aussi quelques mois ne suffisent pas pour faire un boxeur émérite, capable de se défendre sérieusement, avec avantage; il serait même dangereux de se servir des principes de la boxe avant d'être suffisamment exercé.

Il faut au moins une année de bonnes leçons, des dispositions physiques, et avoir fait beaucoup d'assauts avant de pouvoir se risquer dans un combat. Il est arrivé parfois que des personnes ayant pris des leçons se sont fait battre par d'autres ne sachant rien, ce qui faisait dire qu'il n'était pas nécessaire de prendre

des leçons, puisqu'on pouvait être battu par quelqu'un n'en ayant pas pris.

Ceci prouve tout simplement que ces personnes n'étaient pas assez exercées, c'est ce que nous disons plus haut ; il faut une connaissance parfaite de la boxe pour s'en servir.

Nous avons eu souvent à répondre à des questions posées dans les termes suivants : Si vous vous battiez, que feriez-vous ? — Nous n'en savons rien. — Mais si on vous attaquait ? — Nous nous défendrions. — Comment ? — Nous ne savons pas. — Mais vous, comment attaqueriez-vous ? — Nous ne savons encore pas. — Mais puisque vous connaissez la boxe ? — Tout cela dépendra de l'adversaire, nous combattrons suivant les circonstances qu'il est impossible de prévoir à l'avance ; toutes les manières de combattre ne se ressemblent pas. Cela dépend des aptitudes physiques de l'adversaire, de son tempérament, de ses moyens de défense et de son attitude. On ne peut combattre ou régler sa défense que d'après le mode d'attaque ou de défense de l'adversaire. Il faut compter avec l'imprévu, et c'est pour cette raison même qu'il faut posséder un grand nombre de moyens afin de pouvoir les appliquer les uns et les autres suivant les circonstances. Notre théorie est très complète, en ce sens qu'elle donne à chacun tous les moyens nécessaires pour combattre divers adversaires. Les uns se tiennent sur la défensive, les autres (et c'est le plus grand nombre) prennent l'offensive. Les uns se servent des pieds, les autres des mains, pour frapper, ou bien de la tête ; il y en a qui cherchent à vous saisir à bras-le-corps. On doit donc être bien préparé et très exercé pour diriger sa défense avec efficacité, dans tous les cas qui se présenteraient.

Nous tenons absolument à conserver à la boxe son caractère sérieux, la défense, qui est d'abord sa raison d'être ; puis, nous plaçant à un point de vue plus général, nous voulons donner à nos élèves des moyens efficaces de succès pour le combat ; nous tenons aussi à donner à la boxe ce qu'on serait en droit d'appeler l'utile joint à l'agréable, c'est-à-dire la grâce, l'élégance et la bonne tenue dans les assauts ; ces qualités doivent faire partie de cette science, elles ne peuvent que la rehausser aux yeux des

personnes ne la connaissant pas et lui donner plus d'attrait en vue de sa vulgarisation.

Nous voudrions revoir ces magnifiques assauts d'autrefois, dont les anciens se souviennent encore, où le côté fantaisiste n'excluait pas le côté sévère et classique, où les tireurs déployaient des qualités qui en faisaient des boxeurs hors ligne; la souplesse, l'adresse et l'agilité, les coups portés à longue distance avec à-propos, une rapidité et une précision admirables, donnaient au public une impression agréable de la beauté de l'exercice, et en même temps de ce que pouvaient produire dans un combat des tireurs possédant de tels moyens. Ces assauts laissaient bien loin la brutalité qu'on voit aujourd'hui chez certains tireurs qui sacrifient la science de la boxe au bénéfice d'un faux amour-propre; leur façon d'agir ne leur donne généralement que de médiocres résultats.

L'assaut n'est pas un combat, il n'en est qu'un simulacre, et nous désirons qu'il en soit toujours ainsi; nous ferons tous nos efforts en ce sens, parce que le jour où les assauts se transformeraient en combats, la boxe y perdrait de son prestige et les amateurs s'en éloigneraient.

Il suffit de se rendre compte de l'impression du public à cet égard et de prendre comme comparaison les jeux de boxe anglaise, intercalés dans les programmes des assauts; ils ressemblent presque à un combat, les règles de la boxe anglaise permettant de faire des séries de coups et de ripostes, étant touché; et ayant touché de continuer; il s'ensuit que le contact étant immédiat, les engagements fréquents et les coups portés très nombreux, ceux-ci ne peuvent être donnés avec la modération et la courtoisie qu'on est en droit d'exiger dans un assaut. Aussi les coups sont-ils très durs et quelquefois dangereux; c'est même bien là du combat.

En assistant aux assauts donnés en France, il est facile de se rendre compte que les assauts de boxe anglaise sont peu goûtés du public, en général, et cela en raison de ce qu'ils ressemblent le plus au combat, et qu'on y croit voir plus de danger.

La boxe, telle qu'on la pratique en Angleterre et en Amé-

rique, ne peut pas dès à présent s'acclimater en France, notre tempérament s'y oppose.

Quant à nous, nous ferons tous nos efforts pour qu'elle ne prenne pas racine chez nous (il est bien entendu que nous ne parlons que des combats). La boxe n'a rien à gagner au point de vue de son développement et de sa propagation en exhibant des spectacles aussi écœurants que ceux qu'on donne en exemple de l'autre côté du détroit; au contraire. Ces combats n'ont rien à voir avec la défense personnelle et légitime de l'individu, ni avec la régénération de l'homme. Ce n'est qu'une question de livres sterling; nous désirons ne pas « bookmakériser » la boxe en faisant d'elle une question de paris. Nous voulons lui conserver son caractère propre, la défense personnelle, l'hygiène et l'agrément, le développement physique et musculaire des élèves. Voilà notre but bien établi.

S'entraîner pour le combat, comme le font les professionnels anglais ou américains, n'est ni une chose aussi facile qu'on pourrait le croire, ni à la portée de tout le monde, et cela pour plusieurs raisons : 1° il faut un sujet choisi, ayant une constitution toute spéciale, robuste, d'une grande énergie, et trempé tout exprès; 2° ne se livrer qu'à cette occupation ; 3° avoir des commanditaires, ou bien alors avoir de la fortune et, dans ce dernier cas, il est bien rare qu'une personne fortunée veuille se livrer à ce métier-là. En dehors des boxeurs de profession, peu de personnes voudraient se soumettre et se livrer aux exigences de l'entraînement. Les exercices, les régimes et les règles qu'elles comportent sont des plus pénibles; très fatigants, ils détruiraient la santé de ceux qui s'y livreraient continuellement et les feraient succomber.

C'est à tort que des personnes croient qu'il est nécessaire pour savoir se défendre de faire des exercices à poing nu sur des sacs de sable ou sur un mur pour s'endurcir les poings et les rendre calleux comme ceux des forgerons; notre enseignement est plus que suffisant pour se défendre sans avoir recours à ce moyen peu pratique. Il multiplie la force, la vigueur et la détente, jointes à la précision et à l'à-propos. La puissance des coups suffit pour se débarrasser d'un adversaire solide et même dangereux.

Nous avons entendu dire souvent : Un Français a battu un Anglais à la savate; d'autre part : Un Anglais a battu un Français à la boxe. Qu'est-ce que cela prouve ? — Étaient-ce des professionnels? Non! — Et encore, étaient-ils dans les conditions que nous énumérons ci-dessus? — Non! — Quand deux hommes se battent, il y en a évidemment un plus fort que l'autre, cela tient à des dispositions particulières : l'un est plus fort musculairement, ou plus méchant, plus vif ou plus adroit, il possède plus de sang-froid, ou plus d'audace; forcément il doit y avoir un vainqueur et un vaincu.

Les méthodes n'ont donc rien à voir dans ces luttes où il y a absence complète de science.

On a beaucoup parlé pour et contre la boxe anglaise; à notre avis, c'est un excellent exercice, incomplet, il est vrai, mais assurément très nécessaire comme défense et comme hygiène.

L'amour-propre national aidant, chacun, suivant ses idées et son plus ou moins de compétence, donne la supériorité, soit à la boxe française, soit à la boxe anglaise, et cela sans appuyer cette opinion d'un raisonnement concluant. Aucune expérience sérieuse n'a été tentée afin de décider d'une manière indiscutable la supériorité de l'une sur l'autre.

Quant à nous, notre conviction est faite sur les avantages de la boxe française, sous réserve bien entendu de la preuve du contraire.

Une expérience décisive nous paraît fort difficile à présenter. Il faudrait trouver des représentants des deux systèmes voulant bien se prêter à cette épreuve, et ayant la même taille, le même poids, la même force, le même tempérament et le même entraînement, puis répéter l'expérience un grand nombre de fois, d'abord dans des assauts avec gants et chaussures de salle, et enfin dans des combats à poings nus et chaussures de ville.

Nous avons dit que nous avons confiance dans la boxe française, voici pourquoi : quatre membres sont plus difficiles à surveiller que deux. Le boxeur français peut s'approcher sans avoir rien à redouter pour ses jambes. Pour la même raison le boxeur anglais est tenu d'être plus éloigné de son adversaire.

Le boxeur français peut attaquer avec ses jambes sans crainte d'être arrêté par le bras de son adversaire; le boxeur anglais, au contraire, risque d'être arrêté par la jambe de son adversaire, celle-ci étant plus longue que son bras.

Ce qui paraît être un véritable danger pour les jambes du boxeur français, ce sont les parades dures que pourrait faire le boxeur anglais en frappant sur la jambe de son adversaire. De la tactique, nous n'en parlerons pas, elle a de part et d'autre ses qualités et ses défauts. Si les coups de poing sont terribles, les coups de pied ne le sont pas moins.

Notre opinion est partagée par des personnes qui font autorité dans les combats en Angleterre; ce sont : le marquis de Queensberry, Donnely, professeur à Londres, J. Corbett.

A toutes les époques, il y a eu des détracteurs sur toutes choses; il y en a encore aujourd'hui, et c'est fort heureux, sans quoi il eût été bon d'en inventer. C'est fort heureux, disons-nous, que la critique existe, en ce sens qu'elle provoque des éclaircissements d'où jaillissent des vérités qui, sans elle, resteraient dans l'ombre, les détracteurs n'expliquant rien généralement.

En ce qui nous concerne, nous allons par des arguments essayer de réfuter certaines critiques qui nous paraissent être inspirées par une forte dose d'ignorance ou par un calcul peut-être intéressé.

La gymnastique et ses agrès, le revolver aussi, ont eu leurs détracteurs; les coups de pied haut, les coups de pied en tournant et les méthodes en ont eu également. Nous croyons, nous, que rien n'est mauvais, tout est dans la manière de s'en servir.

On a dit que le coup de pied haut n'était pas pratique dans la rue, qu'il était dangereux pour celui qui le portait, et qu'il fallait le supprimer; on a raison, quant à la manière, ou au moment de l'appliquer; quant à sa suppression, nous ne la comprenons pas.

Tout le monde sait que plus on lève la jambe haut, plus l'équilibre est susceptible de se déplacer, plus aussi on risque de tomber, nous sommes d'accord, mais est-ce une raison de

proscrire ce coup de pied de l'enseignement et des assauts ? Quant à nous, nous disons franchement non, et nous l'enseignerons en nous inspirant de cet axiome : « Qui peut le plus, peut le moins ».

Ceux qui auront la facilité d'exécuter les coups de pied haut en auront bien plus pour exécuter les coups de pied bas.

Nous ferons remarquer que généralement les professeurs qui condamnaient les coups de pied haut ne pouvaient pas les exécuter, et qu'ils appropriaient leurs méthodes à leurs dispositions physiques particulières. Au point de vue de leur utilité personnelle, ils pouvaient avoir raison, mais au point de vue de l'enseignement, ils avaient tort. Les méthodes doivent être composées pour les élèves d'une manière générale, dans le but de donner à tous, des exercices en rapport avec leurs facultés physiques, qu'ils soient grands, petits, lourds, légers, jeunes ou âgés.

Nous trouvons dans des souvenirs anciens (1825) que Lozes, Moufflet, Gousset, Charles Lecour et Leboucher, étaient à cette époque des tireurs aux coups de pied haut ; seul Michel dit Pisseux avait le jeu bas. Moufflet et Gousset exécutaient les coups de pied haut d'une façon admirable. Il n'en était pas de même de Charles Lecour et de Leboucher qui, en raison de leur manque de dispositions, les exécutaient d'une façon médiocre. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle ils ont ensuite adopté la méthode aux coups bas.

Néanmoins, à cette époque éloignée, comme aujourd'hui, les tireurs au jeu haut avaient la supériorité sur le jeu bas.

D'une époque peu éloignée nous pouvons citer des exemples.

Leboucher et Ducros étaient des tireurs difficiles aux jeux bas, Hubert Lecour excellait également dans ce genre. Leboucher ne voulait pas tirer avec Vigneron, ni avec La Résistance, et ses succès en boxe française furent si minces, qu'il dut renoncer à celle-ci dans les assauts et se spécialiser dans la canne.

Ducros se faisait battre par Vigneron et La Résistance, il dut renoncer également à tirer la boxe française dans les assauts publics et se livra d'une manière générale à la boxe anglaise ;

celle-ci entrait mieux dans ses moyens et dans son tempérament.

Hubert Lecour, qui ne voulait pas tirer avec Vigneron, essuya plusieurs défaites de tireurs au jeu haut, entre autres de La Résistance, Gabriel de Nîmes et Charlemont, le plus jeune de tous alors, et au moment où il n'avait pas encore acquis cette science que nous lui avons connue plus tard.

Nous pourrions multiplier les exemples sur ce sujet, mais nous pensons que les précédents suffisent. Ce qui est certain, c'est que les tireurs à grands moyens ont généralement l'avantage dans les assauts.

Notre conclusion sur les coups de pied haut est qu'on ne saurait les supprimer sous prétexte que certains tireurs ne peuvent pas les exécuter, tandis que d'autres en ont la facilité et qu'ils leur donnent des avantages.

C'est avec une conviction profonde et sans parti pris que nous parlons des différents systèmes d'enseignement de la boxe française. Loin de nous est la pensée de vouloir diminuer ou déconsidérer les anciens professeurs, dont les uns ont été nos maîtres et aussi nos amis, les autres nos camarades.

Nous avons été à même de bien les connaître, et nous sommes bien placés aujourd'hui pour les apprécier justement. Nous avons toujours eu le plus grand respect et la plus grande admiration pour eux, mais il est de notre droit comme de notre devoir de nous servir des choses du passé pour bien établir les vérités du présent.

Pour confirmer ce que nous avons dit plus haut, nous invoquerons le jugement que Michel Pisseux donne d'une manière compétente et désintéressée sur ses contemporains.

Nous avons sous les yeux une petite brochure de 52 pages, écrite sous son inspiration, dans laquelle il expose sa théorie de la savate en 15 divisions, suivie de celle de la canne également en 15 divisions. (Nous devons à la vérité de dire que ces deux théories sont absolument incompréhensibles.) Il les fait précéder d'une entrée en matière dans laquelle il établit des comparaisons entre tous les exercices sportifs et gymnastiques en général, et, après en avoir fait ressortir les côtés dangereux,

inutiles ou dispendieux, il conclut en faveur de l'*art de la savate*. Par des faits, des anecdotes, il établit encore l'autorité, l'efficacité de cette dernière, au point de vue de la sécurité de l'individu, du développement musculaire et de l'hygiène.

Il passe ensuite en revue les professeurs de son époque et cite les salles les mieux tenues dans lesquelles on trouvait toujours la bonne société : celle de Michel dit Pisseux, rue Buffaut, nº 10 ; ensuite celle de Leboucher (de Rouen), 20, rue de la Michodière ; celle de Lozes, rue Saint-Honoré ; celle de Charles Lecour, faubourg Montmartre ; celle de Moufflet, rue Frépillon, et plusieurs autres encore dans lesquelles on trouvait les meilleures fréquentations.

Ensuite, promoteur et chaud partisan du jeu bas, il pousse une charge à fond contre les tireurs aux coups de pied haut, qu'il désigne avec une pointe d'ironie par les noms de « le sublime coup de pied, le romantique coup de pied ».

Nous citons maintenant textuellement :

« Le premier, qui ait mis l'extension qu'a maintenant l'*art de la savate* en France, est sans contredit Michel dit Pisseux ; c'est lui qui, pendant un long temps et par des études approfondies, a tiré de l'ornière où il était, cet art qui semblait fait pour les gens dépravés. C'est lui qui l'a porté dans les meilleures sociétés et qui a inculqué ses salutaires leçons aux plus nobles comme aux plus riches.

« Depuis ce temps, d'autres professeurs qui ne sont pas sans mérite, sont venus donner un nouvel essor à cet art, et se sont emparés de la jeunesse parisienne.

« Chez M. Leboucher (de Rouen), chez Lozes plus tard, le professeur qui le premier a démontré les coups de pied en l'air, nous trouvons force, adresse, pour ce coup de pied, élasticité des mouvements, grâce en tirant, enfin c'est le seul qui, selon nous et de l'aveu de beaucoup d'autres, auquel soit échu le don de bien tirer ces sortes de coups de pied, le seul pouvant bien les démontrer ; toutefois il lui est difficile de les transmettre sans une prédisposition complète de l'élève.

« Revenons à M. Leboucher (de Rouen) : certes, c'est un professeur de talent, dans l'art de la canne ; il la développe

excessivement bien, il en fait la voltige admirablement bien ; c'est un homme qui a une dextérité magnifique, une exécution facile, un développement gracieux.

« Il a aussi l'exécution facile dans l'*art de la savate,* mais l'exercice de la canne est son exercice favori, celui qu'il aime, qu'il vénère, celui enfin où il excelle.

« Cependant, dans tous les exercices auxquels il se livre dans les assauts, il fait généralement plaisir.

« Nous avons aussi M. Charles Lecour qui est un professeur d'une certaine distinction, c'est un compétiteur de M. Lozes, pour les coups de pied en l'air, qu'il ne tire pas avec une agilité égale à celle de son devancier dans cet exercice ; cependant, nous le répétons, c'est un homme de talent. Ce que nous avons trouvé d'excellent en ce professeur, c'est sa douceur pour la démonstration, comme pour l'assaut, il tire doucement et maîtrise ses coups. Mais Lozes tiendra toujours le devant, pour l'exécution de ce sublime coup de pied ; d'abord il en est presque l'inventeur, le confectionneur ; c'est lui qui a apporté ce nouveau coup de pied, lequel a fait avoir tant de discussions dans le monde amateur, et qui a fait faire tant de paris. Car à peine commença-t-il à donner des assauts, en société de Leboucher, que l'on se pressait en foule, que l'on courait où ils se donnaient, pour admirer ce coup de pied qui, dans le principe, faisait bien des envieux ; et tous les amateurs d'applaudir.

« Nous avons encore deux professeurs d'une certaine distinction, dont nous n'avons pas encore parlé, deux hommes pourtant capables et qui se sont adonnés aux coups de pied en l'air.

« Ces deux professeurs sont MM. Moufflet et Gousset. Nous ne connaissons en rien leur démonstration, mais l'exécution leur est facile. Moufflet joint à l'élégance de son jeu, à la souplesse de ses mouvements, une force athlétique qui ne lui nuit pas. Dans son jeu de canne, on remarque en lui un développement bien entendu et un bel aplomb.

« Quant à Gousset, il joint à ces mêmes avantages une supériorité bien grande dans un exercice inusité des amateurs, du reste défendu comme étant trop dangereux.

« Les amateurs ont pu le voir dans certains assauts déployer, avec une adresse et une dextérité infinies le *fléau à sept branches*, le bâton brisé et le biscaïen. Michel Pisseux les manie après lui d'une façon peu commune.

« Parmi les professeurs que nous avons cités, tous tirent *le bâton ;* nous avons encore reconnu en Michel dit Pisseux une exécution extraordinaire dans cet exercice, un développement surprenant.

« Un professeur dont nous n'avons pas encore fait mention, M. Trencart, et qui malgré une infirmité des plus grandes (un pied-bot), se livre à l'exercice du bâton, le déploie d'une manière admirable ; il est surprenant de voir un homme possédant une telle infirmité, développer aussi bien et tirer aussi gracieusement. Tous les amateurs, dans tous les assauts, l'admirent. Un jeune enfant, âgé de douze ans, qu'il possède et instruit, marche sur les traces de son père. Il tire déjà d'une manière ravissante et fait souvent l'admiration de bien des amateurs. Le père manie aussi la canne d'une manière remarquable. »

Il y avait à cette époque un professeur fort connu partout, dont on ne dit rien dans la petite brochure dont nous venons de parler, et qui était très apprécié comme professeur et comme tireur. C'était Cadet de Moissac, un fort bel homme, grand, élancé, sec et beau garçon, la tête près du bonnet, mais d'un cœur excellent. Il était à la fois, boxeur, lutteur et athlète, et avait une taille de 1 mètre 85 centimètres environ.

C'était un tireur au jeu haut et bas, il savait distinguer les défauts et les qualités de chacun de ces jeux et en tirer un bon parti, ce qui lui a valu certains succès. Dans les assauts, il n'admettait les coups d'arrêt que dans une mesure restreinte ; et les prises de jambes, que comme simulacre.

En tirant, il donnait l'exemple de l'élégance et de la correction dans la tenue. Faire beau et bien, telle était sa devise. Bon démonstrateur, il enseignait à ses jeunes élèves le calme et le sang-froid qui donne le courage, tout en leur recommandant de ne se servir de leurs moyens que dans les cas d'absolue nécessité.

Il y avait encore comme contemporain de Michel Pisseux un

professeur bien connu, une physionomie intéressante, nous voulons parler du père Larribeau. Il était professeur d'escrime, de canne et de boxe française. Il a publié un petit traité de canne des plus intéressants. Il avait été marin pendant 20 ans et assista au combat naval de Trafalgar, le 23 octobre 1805, où la flotte anglaise, sous les ordres de l'amiral Nelson, défit les flottes réunies de la France et de l'Espagne.

Il fut aussi un des derniers vivants des naufragés de *la Méduse,* naufrage tristement célèbre qui eut lieu le 2 juillet 1816 sur le banc d'Arguin, à 40 lieues de la côte occidentale d'Afrique. Quand tout espoir de sauver le vaisseau *la Méduse* fut perdu, 149 malheureux se réfugièrent sur un radeau construit à la hâte et qui se trouva bientôt seul au milieu de l'immensité des mers. Après douze jours de cruelles souffrances et d'agonie, le radeau fut enfin aperçu par le brick *l'Argus* qui recueillit 15 mourants; les autres étaient au fond de la mer ou avaient été dévorés par les survivants. *Le Naufrage* ou *le Radeau de la Méduse,* chef-d'œuvre de Géricault (1819), au Louvre, est une des pages les plus dramatiques et les plus vaillamment peintes dont puisse se glorifier l'École française. Vers 1856, lorsque le père Larribeau céda sa salle du passage Verdeau, 13 *bis*, à Leboucher, c'était un beau vieillard de près de quatre-vingts ans, grand (1 mètre 72 environ), droit et élancé; il était bon homme et bon démonstrateur.

Le coup de pied en tournant a eu aussi ses détracteurs, il y a cinquante ans, comme aujourd'hui; la différence est que ceux d'autrefois avaient raison dans une certaine mesure et tandis que ceux d'aujourd'hui pèchent par ignorance ou parti pris, sans se donner la peine de l'expérimenter.

Par expérience et avec preuves à l'appui, nous disons : ce n'est pas le coup de pied en tournant qui est mauvais, c'est la manière de s'en servir.

Gabriel de Nîmes l'exécutait superbement avec succès. C'était un des coups favoris de La Résistance, il le plaçait heureusement à des tireurs de belle force. Louis Vigneron le pratiquait mieux qu'il ne l'enseignait, il réussissait même très souvent le double coup de pied en tournant. Charlemont le plaça à Hubert Lecour,

tireur fort remarquable, dont le jeu serré ne manquait pas d'a-propos, voici comment : dans un assaut, après avoir fait tirer Charlemont hors de portée, il voulut rentrer au coup de poing, mais son adversaire, déséquilibré, plaça alors son pied droit à terre, en dehors et en avant, à gauche, et aussi vite que l'éclair, lança de son pied gauche le fameux coup de pied en tournant si décrié qui alla frapper Lecour au creux de l'estomac.

Le coup de pied en tournant est utile, exécuté à propos et dans les conditions que nous expliquons plus loin. Ce qu'on ignore aujourd'hui, c'est qu'autrefois on portait le coup de pied en tournant en fauchant, sans détente, c'est-à-dire la jambe allongée de toute sa longueur et lancée sans raideur; par conséquent la jambe décrivait un arc de cercle en dehors et on frappait avec le plat du pied, de là naturellement sa défectuosité, le mouvement n'avait pas de force; développé longuement, il demandait plus de temps pour son exécution, l'adversaire avait le temps de le voir, de l'éviter et pouvait rentrer au coup de poing avant que le coup portât.

Aujourd'hui il n'en est plus de même, le coup de pied en tournant se porte comme le chassé-croisé par une détente directe, la cuisse, la jambe et le pied étant fléchis préalablement; la jambe, ainsi raccourcie, peut se détendre rapidement et vigoureusement dans une distance très courte entre les deux adversaires, il suffit de faire un simple demi-tour et de frapper directement avec le talon.

On nous objecte : mais vous tournez le corps et ne pouvez voir votre adversaire. — Lorsqu'on exécute bien ce mouvement (car ce n'est que dans sa parfaite exécution qu'il faut chercher sa réussite), les yeux ne quittent pour ainsi dire pas l'adversaire. Il suffit d'expérimenter ce mouvement pour s'en convaincre. Nous enseignons le coup de pied en tournant pour plusieurs raisons, d'abord parce que c'est un excellent exercice comme équilibre, utile dans l'assaut et la défense ; ensuite, il est nécessaire de le connaître pour savoir le combattre.

On a aussi essayé de critiquer notre méthode. Il y a deux méthodes, a-t-on dit : celle de Lecour et celle de Charlemont. La première est exclusivement composée de coups de pied bas.

la seconde de coups de pied haut et en tournant. Ceux qui parlent ainsi se trompent, ou sont de mauvaise foi; il suffit pour s'en convaincre d'assister à un des assauts donnés par Charlemont, où il fait chaque fois, en présence du public, la démonstration théorique et pratique de sa méthode, ou de consulter le traité de la boxe française qu'il a publié; on peut lire page 1 des exercices. « Notre théorie comprend huit coups principaux : 1° le coup de poing de figure direct; 2° le coup de poing de flanc direct; 3° le coup de poing demi-circulaire horizontal; 4° le coup de pied bas; 5° le coup de pied horizontal; 6° le coup de pied direct; 7° le coup de pied chassé-croisé; 8° le coup de pied en tournant. Nous avons donc sur les cinq coups de pied formant la base de notre travail des jambes, un seul coup de pied en tournant, et ces cinq coups de pied ne se portent que jusqu'à la hauteur de la ceinture, comme on peut le voir dans les explications de la première partie.

Le coup de pied horizontal se transforme parfois en coup de pied de figure, et le chassé-croisé, en revers de pied, et cela dans les proportions restreintes que nous allons énumérer. Les coups de pied de flanc, de poitrine et de figure, dérivent du coup de pied demi-circulaire horizontal, cela fait trois; le coup de pied bas, le coup de pied direct, le chassé-croisé et le coup de pied en tournant, cela fait sept coups de pied, dont un coup de pied haut et un en tournant.

Dans la deuxième partie, il y a 24 exercices composés chacun de plusieurs mouvements; il y a dix coups de pied en tournant, et c'est la partie des exercices dans le vide, qui ont pour but : la souplesse, et la forme des mouvements.

Dans la troisième partie, sur 30 exercices combinés il y a 6 coups de pied de figure et 2 coups de pied en tournant. Dans la quatrième partie, il y a 30 exercices combinés, parmi lesquels il y a 2 coups de pied en tournant et 4 coups de pied de figure. Dans la cinquième partie, 22 exercices, il n'y a que 2 coups de pied en tournant.

Par conséquent, sur 106 exercices de jambes, composés chacun de plusieurs mouvements, il y a 26 coups de pied de figure et en tournant, c'est concluant! et il faudrait vraiment être de

mauvaise foi pour voir là une méthode composée exclusivement de coups de pied haut ou en tournant. Quant aux coups de poing, ils sont en aussi grand nombre que les coups de pied.

La méthode Lecour diffère de la nôtre en ce sens qu'elle n'enseigne que les coups de pied bas, c'est pour cette raison que nous la trouvons incomplète et par conséquent inférieure à la nôtre. Nous enseignons le jeu haut et le jeu bas, de manière à donner à nos élèves les exercices qui conviennent le mieux à leurs aptitudes physiques. Nous le répétons, nous faisons publiquement la démonstration de notre méthode, contrairement à certains professeurs qui n'osent donner leurs leçons devant d'autres professionnels, de crainte, sans doute, d'en laisser deviner les secrets. Quant à nous, nous ne connaissons d'autres secrets que le travail et les dispositions plus ou moins avantageuses de chacun.

Ce que nous pourrions critiquer dans les méthodes anciennes, c'est l'absence des exercices dans le vide. Dès la première leçon, les professeurs faisaient porter les coups de pied ou de poing sur eux et les paraient; l'élève n'ayant pas encore acquis l'aplomb nécessaire, tombait en avant et le professeur, par sa parade, était obligé de le maintenir et de le reporter en arrière. Il en résultait que les élèves n'étaient jamais solides sur leurs jambes et qu'en faisant assaut, ils perdaient souvent leur équilibre.

Nous avons dit que Vigneron exécutait bien le coup de pied en tournant, mais qu'il le démontrait d'une manière peu pratique. Il le nommait le *dégagé*. Voici comment il le faisait exécuter :

Etant placé garde à gauche, l'élève devait porter sa jambe droite en avant et à gauche, c'est-à-dire à droite de la jambe gauche du professeur; en même temps, tourner le corps de ce dernier côté et porter de sa jambe gauche le coup de pied en tournant en fauchant. Ainsi, dans ce mouvement, l'élève devait se rapprocher du professeur en lui tournant le dos, ce qui naturellement facilitait le coup d'arrêt.

Les ennemis de la boxe lui ont beaucoup reproché ses origines roturières, se basant sur ce que les professeurs anciens donnaient leurs leçons dans des arrière-salles de marchands

de vin ; rien n'est plus naturel, cependant. Sans vouloir donner pour raison que la boxe étant un exercice violent provoquant la chaleur et la transpiration, on était ainsi plus près de la source des rafraîchissements, nous répondrons à cette appréciation que pour donner des leçons de boxe et de canne il faut beaucoup de place, que la location d'une salle vaste est chère ; que lorsqu'un professeur commence sa carrière, il n'est généralement pas riche, sans quoi il ne professerait pas; qu'il est obligé d'attendre la clientèle, qu'à une certaine époque, le goût de la boxe n'avait pas encore pénétré dans la classe riche (les préjugés aidant), que le prix des leçons était très faible, et que la clientèle habituelle des salles de boxe était composée d'ouvriers et de petits employés. De là est venue l'habitude de donner des leçons dans les salles de marchands de vin. Ces salles ne coûtaient souvent rien ou très peu de chose, car les chefs de ces établissements, spéculant sur la soif des élèves, faisaient d'excellentes affaires en vendant des consommations, et ainsi, patrons, professeurs et élèves y trouvaient leur compte.

De nos jours encore les choses se passent parfois de la même façon. Charlemont, à Paris comme en Belgique, a donné des leçons dans des salles de bal et de café ; Chauderlot et Émile Rive également, Leclerc et Castérès ont commencé de même ; moyen prudent de ne pas se ruiner avant de commencer. Charlemont fils n'a pas passé par là, son père lui ayant cédé la plus belle salle de Paris.

Donner des leçons dans les gymnases, est encore un moyen pratique et peu coûteux, qui permet aux professeurs de se faire connaître et de se préparer une clientèle. Charlemont a donné des leçons dans les principaux gymnases de Paris : chez Paz et Heiser, rue des Martyrs; Christmann, faubourg Saint-Denis ; Pascaud, rue Saint-Gilles ; Aimé et Julien, rue Saint-Antoine ; Blériot, faubourg Saint-Martin ; au gymnase de la Sorbonne ; chez Nicolas, rue de Rome ; Lefebvre, cité du Retiro et dans le coquet gymnase de l'excellent professeur Lopez, rue du Colysée.

BOXE FRANÇAISE

La boxe française est l'art de la défense personnelle.

On se sert des bras et des jambes, des poings et des pieds pour frapper.

Un élève passablement doué physiquement peut, en quelques mois, acquérir les moyens et les connaissances suffisantes pour se défendre. Pour devenir fort et savant il n'est pas possible de préciser le temps de travail nécessaire.

Le cours de boxe française est divisé en sept parties :

1° *Énumération et explication théorique des coups, parades et mouvements;*

2° *Exercices simples et combinés dans le vide;*

3° *Exercices contre un adversaire : parade des coups de pied et coups de poing;*

4° *Prises de corps et coups de lutte;*

5° *Coups d'arrêt simples et doubles;*

6° *Exercices spéciaux tirés de la boxe anglaise;*

7° *L'assaut. — Coups particuliers.*

Notre théorie comprend huit coups principaux :

1° *Le coup de poing de figure direct;*

2° *Le coup de poing de flanc direct;*

3° *Le coup de poing demi-circulaire horizontal;*

4° *Le coup de pied bas;*

5° *Le coup de pied horizontal;*

6° *Le coup de pied direct;*

7° *Le coup de pied chassé-croisé;*

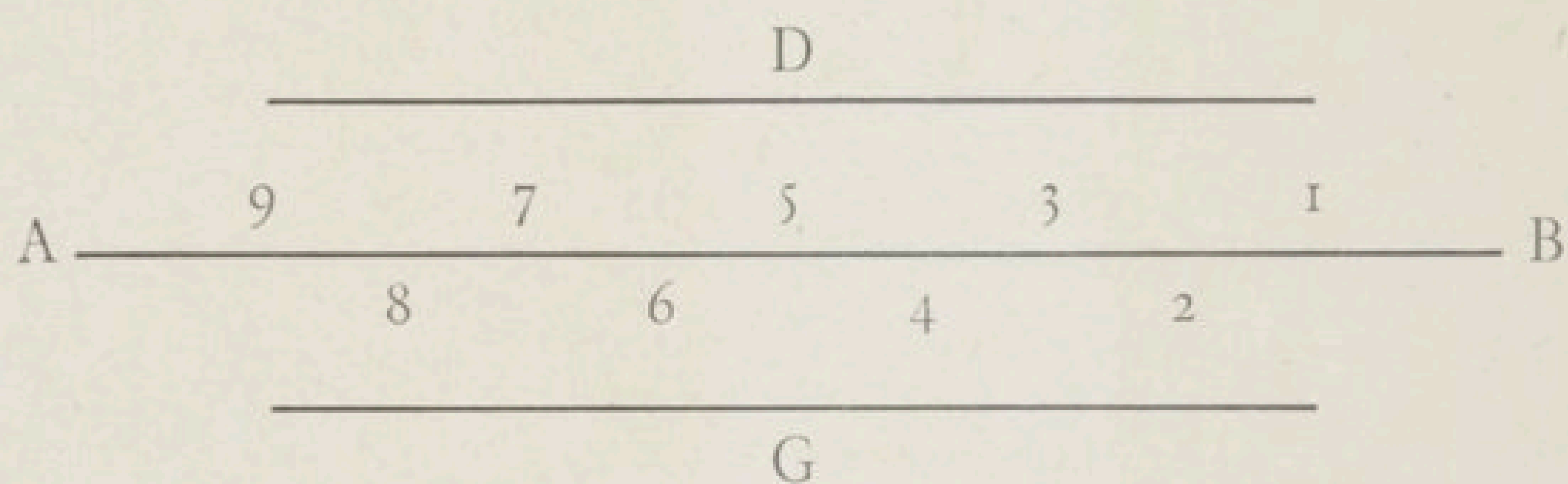
8° *Le coup de pied en tournant.*

Pour la parfaite intelligence de l'ensemble de nos exercices, nous avons cru utile de tracer une figure composée de trois

lignes parallèles : une médiane sur laquelle est échelonnée une série de chiffres de 1 à 9, une parallèle de droite D et une parallèle de gauche G.

A l'une des extrémités de cette médiane la lettre A indique l'avant du corps et la lettre B l'arrière du corps.

Il suffit, pour suivre avec facilité nos exercices de détail, de dessiner à terre une figure semblable à celle-ci en tenant compte des différences de tailles pour l'écartement des chiffres.



Observation. — Voir à la fin de la première partie. (§ 73 *bis*.)

PREMIÈRE PARTIE

Énumération et explication théorique des coups, parades et mouvements

Observation. — C'est avec intention que dans l'enseignement de nos leçons de boxe nous exagérons les principes des mouvements, les élèves ayant en général des tendances à s'en écarter. En conséquence nous faisons faire plus, pour obtenir moins.

DE LA GARDE EN GÉNÉRAL

§ 1. — La position de la garde est celle que l'on prend en face d'un adversaire et qui paraît offrir les meilleurs avantages tant au point de vue offensif qu'au point de vue défensif. De cette position dépend quelquefois le succès d'un combat ; aussi un boxeur habile sait-il en tirer un bon parti.

§ 2. — Il y a quatre manières de se placer en garde : 1° garde à gauche ; 2° garde à droite ; 3° fausse garde à gauche ; 4° fausse garde à droite.

On est placé garde à gauche, lorsque la partie gauche du corps est placée en avant, et garde à droite, lorsque la partie droite du corps est placée en avant.

Les droitiers préfèrent la garde à gauche, les gauchers la garde à droite.

§ 3. — *Observation.* — Dans notre théorie, tous les exercices s'exécutent de la partie droite comme de la partie gauche, afin que tous les membres soient exercés tour à tour et acquièrent la

même adresse. Les professeurs doivent s'appliquer à faire travailler surtout les membres paresseux et par conséquent plus maladroits.

§ 4. — Toutes nos leçons sont expliquées, pour la position garde à gauche.

Pour la garde à droite, il faut exécuter identiquement les mêmes leçons.

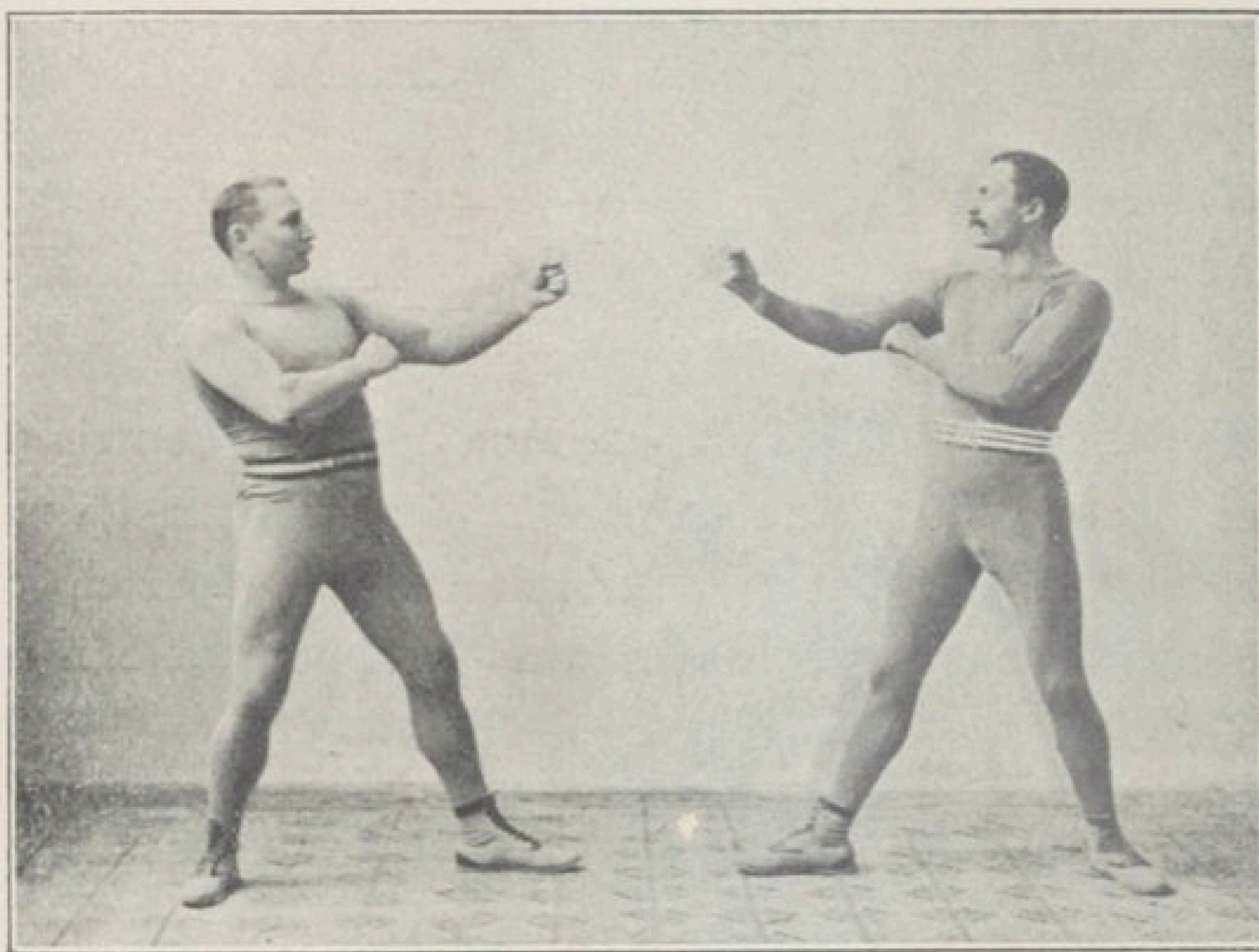


Fig. 1. — Garde à gauche Fig. 2. — Garde à droite

Garde à gauche et garde à droite

§ 5. — La figure numéro 1 indique la garde à gauche, la figure numéro 2 la garde à droite.

Garde à gauche

Le pied droit doit être placé en travers sur le numéro 1; la pointe du pied dirigée vers la ligne D, le talon vers la ligne G.

Le pied gauche doit être placé sur le numéro 2, en avant du pied droit, à 40 centimètres environ d'un talon à l'autre; la pointe du pied dirigée en avant vers la lettre A.

Dans cette position, les pieds seront placés de manière qu'en

passant la jambe droite directement en avant, l'extrémité du talon droit rase la partie interne du pied gauche.

La jambe droite doit être un peu ployée, la jambe gauche allongée sans raideur, la tête et le haut du corps un peu inclinés en arrière, l'épaule gauche en avant, le bras gauche également allongé en avant et légèrement ployé, la main fermée, le pouce au-dessus des autres doigts tournés en dessus, le poing placé à hauteur des yeux. L'épaule droite à demi-effacée en arrière, l'avant-bras placé presque horizontalement près de la poitrine sans la toucher, la main fermée, la paume tournée vers le corps, le poing placé à hauteur et près du coude gauche sans le toucher, la tête droite, les yeux fixés sur ceux de l'adversaire.

Dans cette position, le bras gauche couvre la partie haute du corps, le bras droit la partie basse.

La position des pieds indique qu'ils sont placés de manière à ce que le pied de derrière puisse frapper en ligne directe, soit pour le coup de pied bas soit pour le coup de pied direct.

Garde à droite

§ 6. — La garde à droite s'exécute en sens inverse et d'après les mêmes principes que la garde à gauche. (Voir fig. 2.)

VRAIE GARDE ET FAUSSE GARDE

§ 7. — Deux adversaires sont en vraie garde lorsqu'ils sont tous deux placés garde à gauche ou tous deux garde à droite.

Ils sont en fausse garde, lorsque l'un est placé garde à gauche et l'autre garde à droite.

DE LA MARCHE EN GÉNÉRAL

§ 8. — Il y a deux manières de marcher et de rompre : la première s'exécute par des changements de garde en avant et en arrière ; la deuxième sans changer de garde.

DES CHANGEMENTS DE GARDE

§ 9. — Les changements de garde en avant servent à se rapprocher de l'adversaire, à laisser derrière lui le moins possible d'espace libre, afin de le gêner dans ses mouvements et compromettre ainsi sa défense.

Les changements de garde en arrière ont pour but de s'éloigner de l'adversaire, d'éviter ses attaques rapides et ses coups sans avoir recours à la parade des bras. On les emploie souvent quand l'adversaire attaque par le coup de pied bas, et comme feinte pour le faire frapper dans le vide, car alors, trompé dans son attaque, il se livre facilement à la riposte.

Changements de garde en avant

§ 10. — Le pied droit étant sur le numéro 1, et le pied gauche sur le numéro 2, il faut, pour changer de garde en avant, pivoter sur le talon gauche, diriger la pointe du pied vers la ligne G, et porter en même temps la jambe droite en avant, et poser le pied sur le numéro 3, la pointe dirigée vers la lettre A.

En exécutant ces mouvements de jambes, on changera la position des bras et du corps, afin d'être placé garde à droite.

Pour continuer à changer de garde en avant, le pied droit étant sur le numéro 3, le pied gauche sur le numéro 2, il faut pivoter sur le talon droit, diriger la pointe du pied vers la ligne D et porter en même temps la jambe gauche en avant, et poser le pied sur le numéro 4, la pointe dirigée vers la lettre A.

En exécutant ces mouvements de jambes, on changera la position des bras et du corps, afin d'être placé garde à gauche.

On continuera ainsi à changer de garde en avant, en se conformant aux mêmes principes, jusqu'à ce que le pied gauche se trouve placé sur le numéro 8 et le pied droit sur le numéro 9.

Dans cette position, qui est la garde à droite, on exécutera les changements de garde en arrière comme il va être indiqué.

Changements de garde en arrière

§ 11. — Le pied droit étant sur le numéro 9, et le pied gauche sur le numéro 8, il faut, pour changer de garde en arrière, pivoter sur le talon gauche, diriger la pointe du pied vers la lettre A; porter en même temps la jambe droite en arrière et poser le pied sur le numéro 7, la pointe dirigée vers la ligne D.

En exécutant ces mouvements de jambes, on changera la position des bras et du corps, afin d'être placé garde à gauche.

On continuera ainsi à changer de garde en arrière, en se conformant aux mêmes principes, jusqu'à ce que le pied gauche se trouve placé sur le numéro 2 et le pied droit sur le numéro 1.

DE LA MARCHE EN AVANT ET EN ARRIÈRE

§ 12. — Si, par rapport à la position de l'adversaire, la garde où l'on est placé semble plus favorable, soit pour une attaque, soit pour toute autre combinaison, on peut rompre ou marcher sans changer de garde, principe contraire à celui de l'escrime à l'épée où la jambe de devant se déplace la première dans la marche en avant et la dernière dans la marche en arrière; tandis qu'ici, elle se déplace la première dans la marche en arrière et la dernière dans la marche en avant.

Marche en avant

§ 13. — Deux mouvements. — Le pied droit placé sur le numéro 1, le pied gauche sur le numéro 2.

Premier mouvement : Pour marcher en avant, il faut ramener le pied droit en avant à côté du pied gauche, le talon droit à côté du talon gauche.

Deuxième mouvement : Immédiatement, porter le pied gauche en avant du pied droit, du numéro 2 sur le numéro 3 et continuer en ramenant le pied droit à côté du pied gauche, en portant ensuite le pied gauche du numéro 3 au numéro 4, et ainsi

de suite jusqu'au numéro 9, en conservant la garde à gauche; puis rompre comme il va être indiqué.

Marche en arrière

§ 14. — Deux mouvements. — Le pied gauche étant sur le numéro 9, le pied droit sur le numéro 8, il faut, pour rompre :

Premier mouvement : Ramener le pied gauche en arrière à côté du pied droit, le talon gauche à côté du talon droit.

Deuxième mouvement : Immédiatement, porter le pied droit en arrière du pied gauche, du numéro 8 sur le numéro 7 et continuer en ramenant le pied gauche à côté du pied droit. Continuer ainsi à porter le pied droit du numéro 7 sur le numéro 6 jusqu'au numéro 1, en conservant la garde à gauche.

DES COUPS DE POING DIRECTS ET HORIZONTAUX EN GÉNÉRAL

§ 15. — Les coups de poing sont le complément indispensable de la boxe française, à laquelle ils donnent une supériorité des plus sérieuses sur l'ancienne méthode désignée sous les noms vulgaires de savate ou de chausson. Il est de toute nécessité d'y être bien exercé, car ils jouent le principal rôle dans un combat, lorsque les jambes ne peuvent se mouvoir dans un espace trop étroit pour leurs évolutions.

§ 16. — Il y a quatre sortes de coups de poing directs : 1° le coup de poing direct sur place; 2° le coup de poing direct en se fendant; 3° le coup de poing direct en marchant et en changeant de garde; 4° le coup de poing direct en marchant sans changer de garde.

Tous s'exécutent d'après les mêmes principes, les deux premiers pour la riposte, les deux autres pour l'attaque, selon les circonstances.

§ 17. — Il y a aussi le coup de poing demi-circulaire horizontal. Ce coup s'exécute ordinairement en se fendant, mais il peut aussi s'exécuter sur place et en riposte.

Coup de poing de figure direct sur place

§ 18. — DEUX MOUVEMENTS. — *Premier mouvement :* Il faut ployer le bras droit en retirant vivement le coude en arrière et en effaçant entièrement l'épaule droite, l'avant-bras placé horizontalement près du corps, la main fermée, les doigts en dessus,

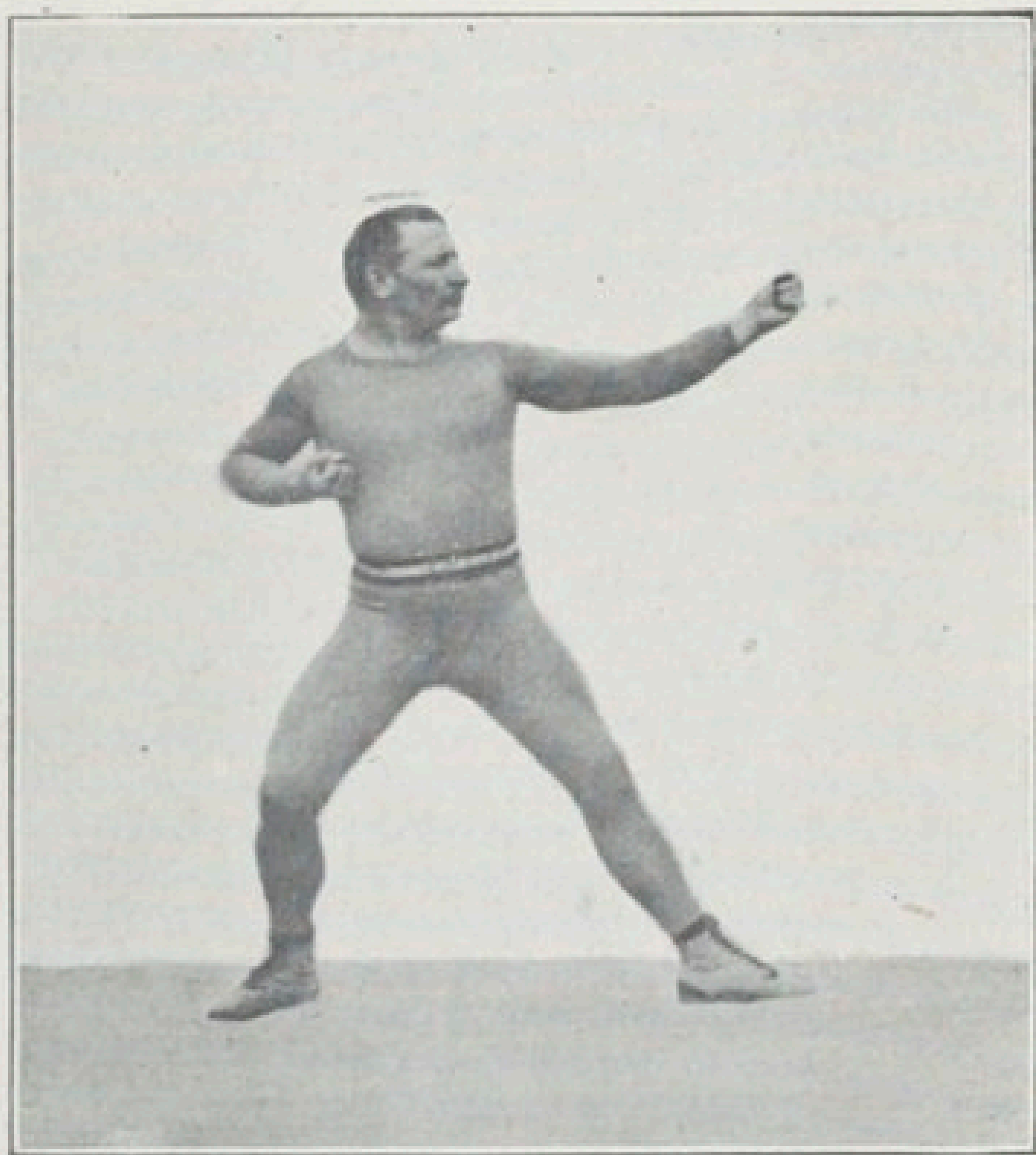


FIG. 3. — Coup de poing de figure direct (1er mouvement)

le poing à hauteur du téton droit, la jambe droite plus ployée et le corps plus incliné en arrière que dans la garde, la jambe gauche restant allongée sans raideur. (Voir fig. 3.)

Deuxième mouvement : Par une détente vigoureuse du bras, lancer le coup de poing directement en avant, en visant la figure, en même temps il faut ployer la jambe gauche et tendre la droite et porter le haut du corps en avant. (Voir fig. 4.)

Pour faciliter l'exécution de ce mouvement, l'épaule gauche doit s'effacer et le bras gauche se ployer au moment même de la détente du bras droit. Il faut frapper avec l'extrémité des métacarpes et la troisième phalange des doigts, la main fortement contractée de manière que le poignet soit tendu, sans quoi le

coup n'aurait pas l'effet voulu et on pourrait se blesser soi-même.

Observation. — Pour l'exécution du coup de poing de figure direct sur place seulement, il faut que les pieds soient beaucoup plus écartés que dans la garde indiquée. (§ 5.)

Parade de coup de poing de figure direct sur place

§ 19. — Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Il faut engager l'avant-bras gauche en le passant en dessous et en dedans de l'avant-bras droit de l'adversaire, les doigts tournés en dessous.

Deuxième mouvement : Chasser le bras droit de l'adversaire par une forte opposition à gauche et un peu en avant, le bras restant légèrement fléchi, le coude baissé, l'autre bras prêt à la riposte. (Voir fig. 5.)

Observation. — Pour bien exécuter les parades de coups de poing, il faut avoir soin que les avant-bras soient croisés sur la partie du bras la plus rapprochée du poignet. (Voir fig. 4 et 5.)

Règles générales pour les parades de coups de poing de figure et de flanc

§ 20. — Il faut, en parant avec le bras gauche, porter le haut du corps en arrière, en même temps fléchir la jambe droite et allonger la jambe gauche. Ce mouvement a pour but d'augmenter la sécurité de la parade et de pouvoir riposter en portant le poids du corps en avant par une détente de la jambe de derrière.

Coup de poing de figure direct en se fendant

§ 21. — Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Le pied droit étant sur le numéro 1, et le pied gauche sur le numéro 2, il faut exécuter ce qui est prescrit pour le premier mouvement du coup de poing de figure direct sur place. (Voir fig. 3.)

Deuxième mouvement : Exécuter ce qui est prescrit pour le deuxième mouvement du coup de poing de figure direct sur place (voir fig. 4) et en même temps se fendre en avant de la jambe gauche, en portant le pied du numéro 2 sur le numéro 3 ; la jambe doit être ployée de manière à former une ligne perpendiculaire partant du genou au milieu du pied, la jambe droite étendue dans toute sa longueur, le pied posé à plat et en travers sur le numéro 1.

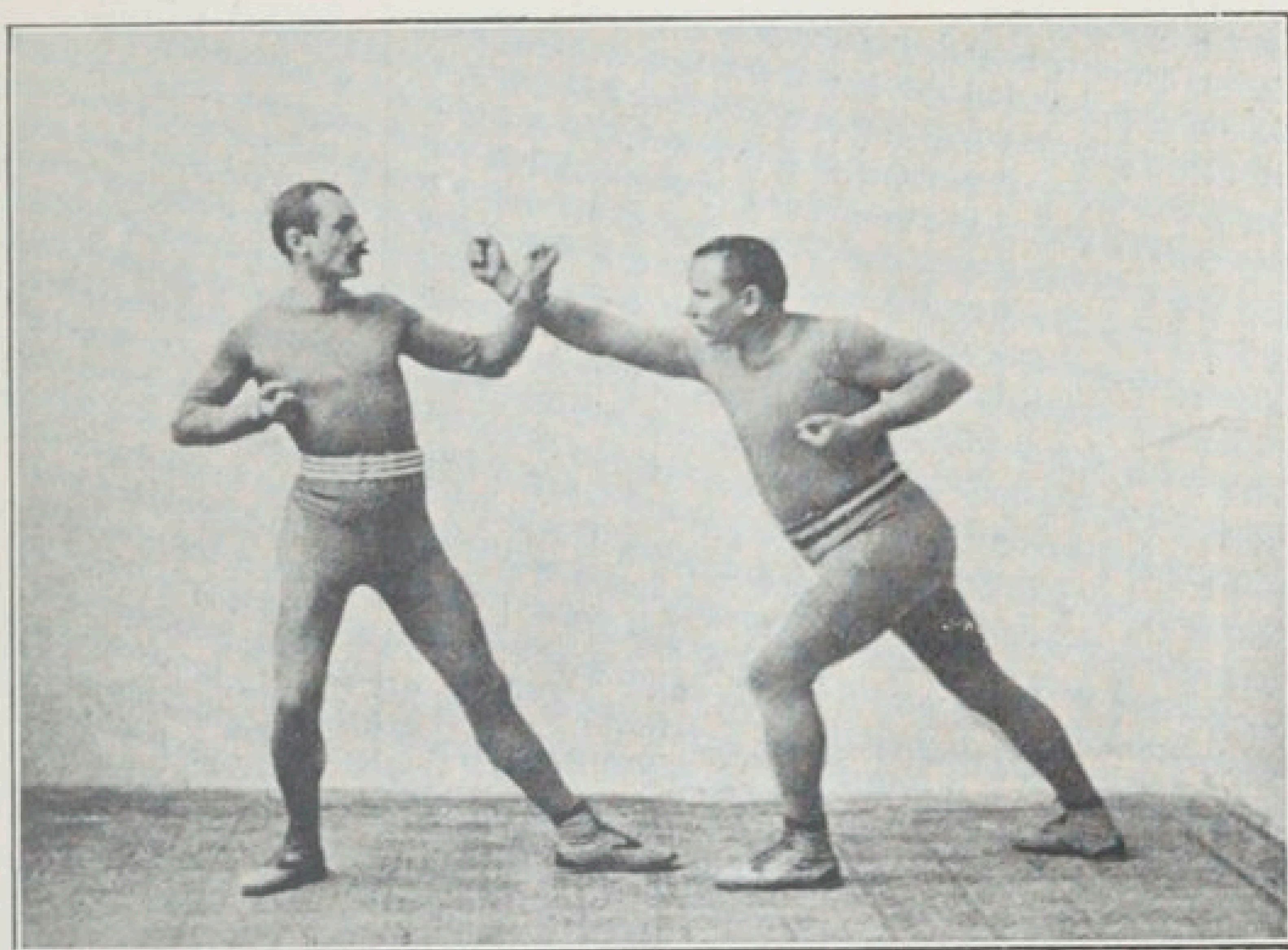


FIG. 5. — Parade du coup de poing de figure direct

FIG. 4. — Coup de poing de figure direct (2e mouvement)

§ 22. — La parade de ce coup est la même que celle du coup de poing de figure direct sur place. (Voir fig. 5.)

Coup de poing de figure direct en marchant

§ 23. — DEUX MOUVEMENTS. — *Premier mouvement :* Le pied droit étant sur le numéro 1, et le pied gauche sur le numéro 2, il faut exécuter ce qui est prescrit pour le premier mouvement du coup de poing de figure direct sur place. (Voir fig. 3.)

Deuxième mouvement : Exécuter ce qui est prescrit pour le deuxième mouvement du coup de poing de figure direct sur

place (voir fig. 4), et en même temps pivoter sur le talon gauche, porter la jambe droite en avant, diriger le pied du numéro 1 sur le numéro 4, la jambe ployée de manière à former une ligne perpendiculaire partant du genou au milieu du pied, la jambe gauche tendue, le pied posé à plat et en travers, sa pointe dirigée vers la ligne G.

La détente du bras doit s'exécuter au moment où le pied se pose à terre.

Il faut ensuite reporter le pied droit en arrière du numéro 4 au numéro 3, et, par ce mouvement, on se trouve placé garde à droite.

On exécute ensuite la même leçon avec le bras gauche; à cet effet, on porte la jambe gauche en avant, le pied, se trouvant ainsi placé sur le numéro 2, passera sur le numéro 5 et sera reporté immédiatement du numéro 5 au numéro 4.

Après ce mouvement, on se trouve placé garde à gauche, et on répète ainsi le même exercice jusqu'au numéro 9.

§ 24. — La parade de ce coup est la même que celle du coup de poing de figure direct sur place (voir fig. 5) ; mais en parant chaque coup, on change de garde en arrière.

Coup de poing de figure direct du bras de devant en marchant sans changer de garde

§ 25. — Deux mouvements. — Les deux pieds sont placés sur le numéro 1, le gauche en avant ayant sa pointe dirigée vers la lettre A, le droit en travers, ayant sa pointe dirigée vers la ligne D, et son talon contre le talon gauche, l'épaule gauche est placée en avant et la droite en arrière.

Premier mouvement : Il faut exécuter ce qui est prescrit pour le premier mouvement du coup de poing de figure direct sur place. (Voir fig. 3.)

Deuxième mouvement : Exécuter ce qui est prescrit pour le deuxième mouvement du coup de poing de figure direct sur place (voir fig. 4), et porter le pied gauche vivement en avant du numéro 1 sur le numéro 2 ; aussitôt reporter rapidement la jambe droite en avant, placer le pied droit à côté du gauche, et

reprendre la position indiquée au commencement de la présente leçon.

La détente du bras doit s'exécuter au moment où le pied se pose à terre.

Il faut bien remarquer que c'est le bras gauche, placé en avant, qui porte le coup.

§ 26. — La parade de ce coup est la même que celle du coup de poing de figure direct sur place (voir fig. 5), sauf qu'en parant chaque coup, on doit rompre comme il est prescrit dans la marche en arrière. (§ 14.)

Parade en dehors sur les coups de poing de figure directs

§ 27. — Cette manière de parer les coups de poing de figure demande plus de précision et d'à-propos que pour la parade ordinaire du coup de poing de figure direct sur place. Bien exécutée, l'adversaire est surpris, pirouette sur lui-même et, par conséquent, se trouve dans une situation des plus désavantageuse pouvant amener sa mise hors de combat. On pare la main ouverte.

Nous la recommandons spécialement aux élèves familiarisés avec la parade précédente. Mais pour l'exécuter, il faut parer en prenant le bras de l'adversaire de dehors en dedans, au lieu du dedans au dehors.

§ 28. — On peut aussi parer en dehors avec le bras gauche le coup de poing porté du bras gauche, et, avec le bras droit le coup de poing porté du bras droit. Mais il faut être très habile.

Lorsqu'on exécute la parade en dehors, on doit surtout se méfier, lorsque l'adversaire pirouette, qu'il n'en profite pour porter le coup de poing circulaire horizontal de son autre bras.

§ 29. — Il y a encore plusieurs manières de parer les coups de poing, sans le secours des bras, mais l'explication de ces parades fera l'objet d'une série de leçons dans la cinquième partie (des coups d'arrêt), et dans la sixième partie qui est réservée à la boxe anglaise. (Voir les §§ 238 jusqu'à 262.)

Coup de poing de flanc direct

§ 30. — Le coup de poing de flanc se porte sous les côtes et au creux de l'estomac, c'est un coup des plus redoutables ; porté vigoureusement et ne rencontrant pas de parade, il enlève la respiration de l'adversaire et suffit à le mettre hors de combat.

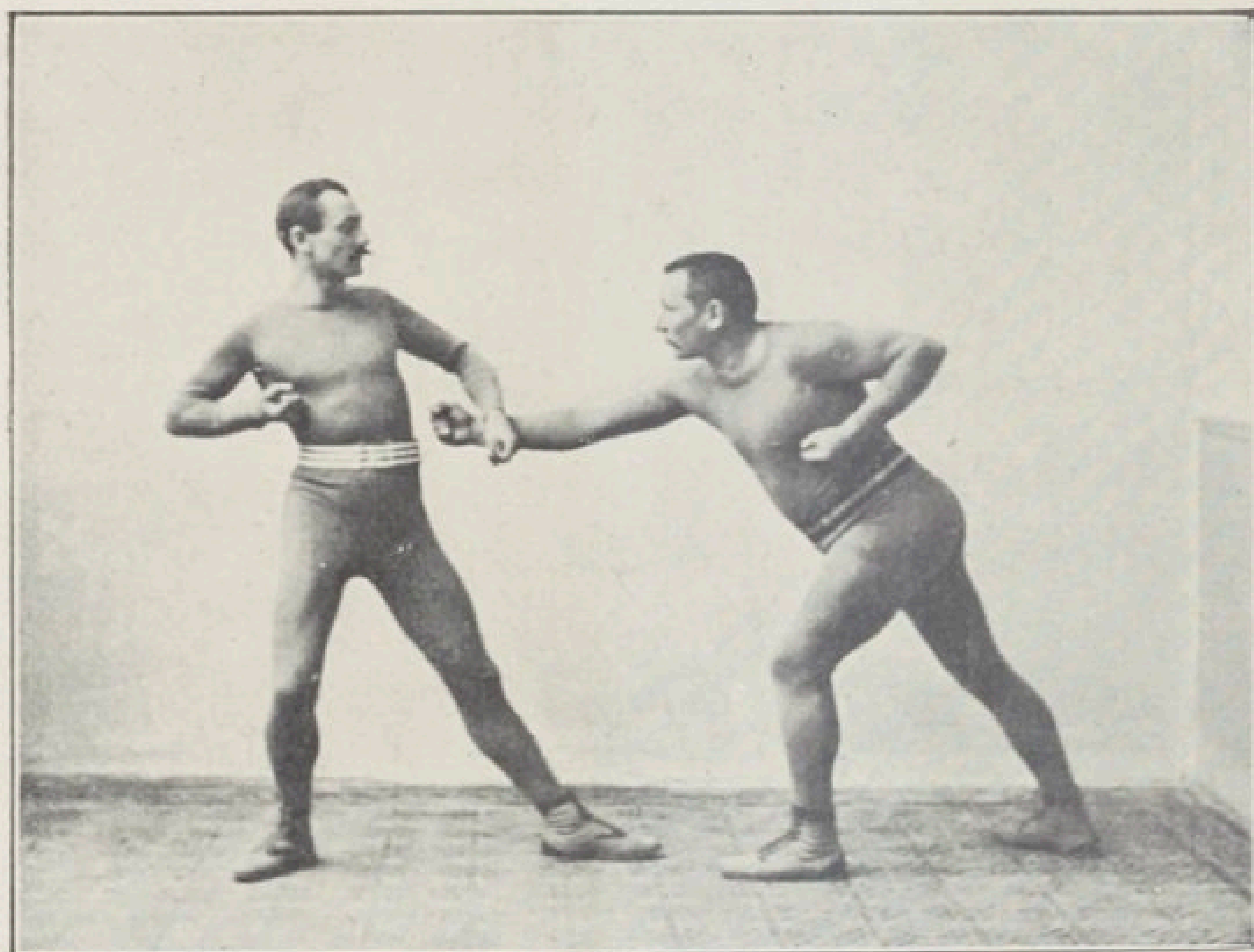


Fig. 7. — Parade du coup de poing de flanc direct — Fig. 6. — Coup de poing de flanc direct

Les tireurs de petite taille l'emploient avec succès. On l'exécute sur place, en se fendant, en marchant, et en riposte.

Les principes du coup de poing de flanc direct sont les mêmes que ceux prescrits pour le coup de poing de figure direct. (Voir fig. 6.)

Parade du coup de poing de flanc direct

§ 31. — Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Passer l'avant-bras gauche au-dessus de l'avant-bras droit de l'adversaire.

Deuxième mouvement : Porter un vigoureux coup de poing sur l'avant-bras que l'on rabat ainsi de haut en bas de manière à

le chasser à gauche et en dehors de la ligne perpendiculaire du corps. (Voir fig. 7).

Coup de poing de figure demi-circulaire horizontal

§ 32. — Ici, le boxeur doit beaucoup plus attendre de son adresse et de sa vitesse que de sa vigueur. En effet ce coup, qui,

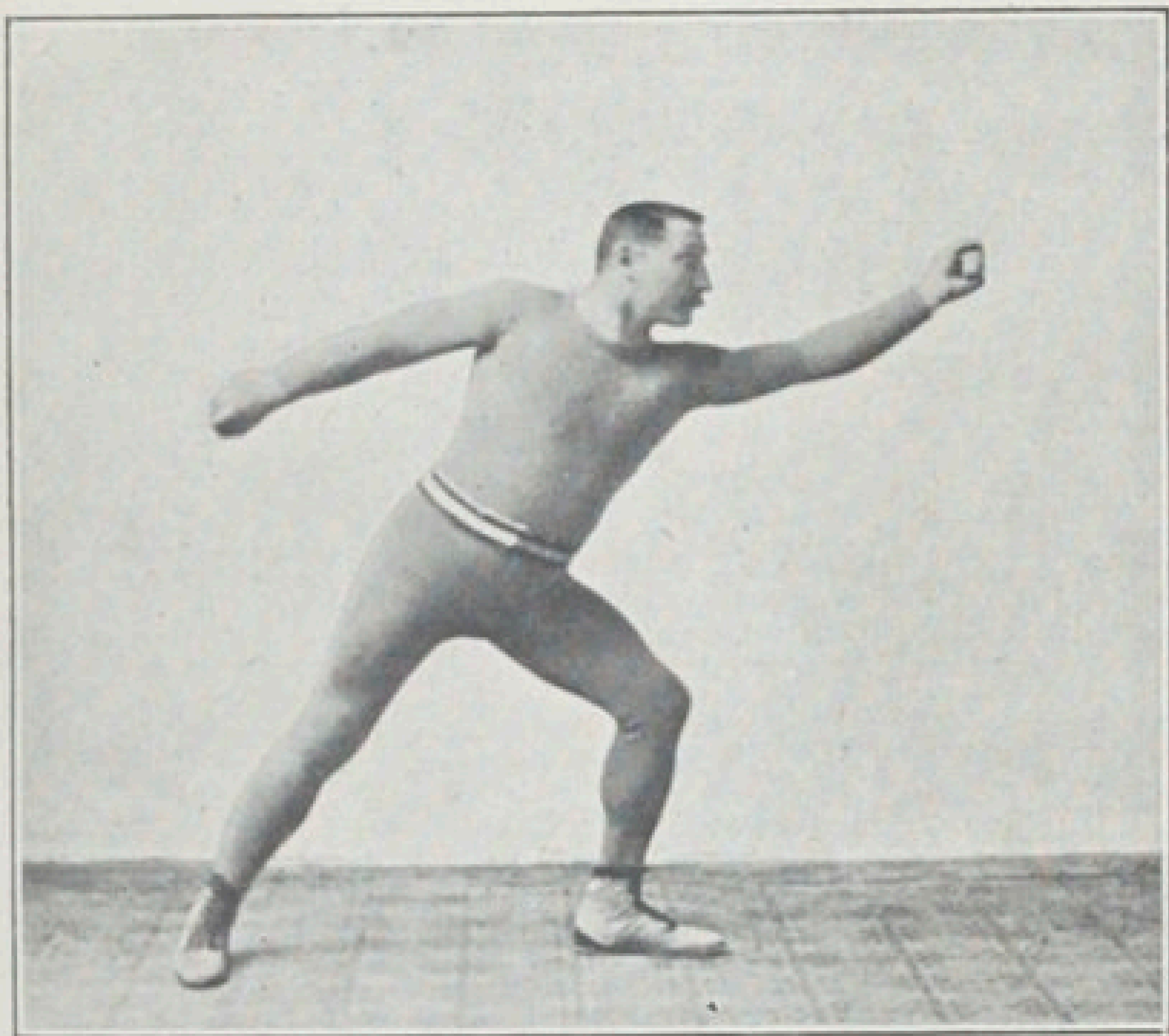


Fig. 8. — Coup de poing horizontal (1er mouvement)

au premier abord, semble insignifiant, est extrêmement redoutable. Il est porté soit sur la mâchoire inférieure, soit sur l'oreille, la tempe ou la carotide ; mais il faut être très habile, car son exécution exige plus de temps que les coups de poing directs.

Au point de vue pratique, il est nécessaire et prudent de le faire précéder d'une feinte ou d'un coup porté de l'autre bras, de manière à le dissimuler à l'adversaire.

Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Il faut allonger horizontalement le bras droit en arrière dans toute sa longueur, sans raideur, la main fermée, l'extérieur en dessus, par conséquent, la paume en dessous. (Voir fig. 8.)

Deuxième mouvement : Lancer le bras droit d'arrière en avant, en lui faisant décrire un demi-cercle horizontal, de manière à

frapper la partie gauche de la figure avec le côté du poing. (Voir fig. 9.)

En même temps qu'on exécute le premier mouvement, on allonge le bras gauche en avant de toute sa longueur. (Voir fig. 8.) Au deuxième mouvement, il faut le ployer comme il est prescrit pour le premier mouvement du coup de poing de figure direct sur place. (Voir fig. 3.)

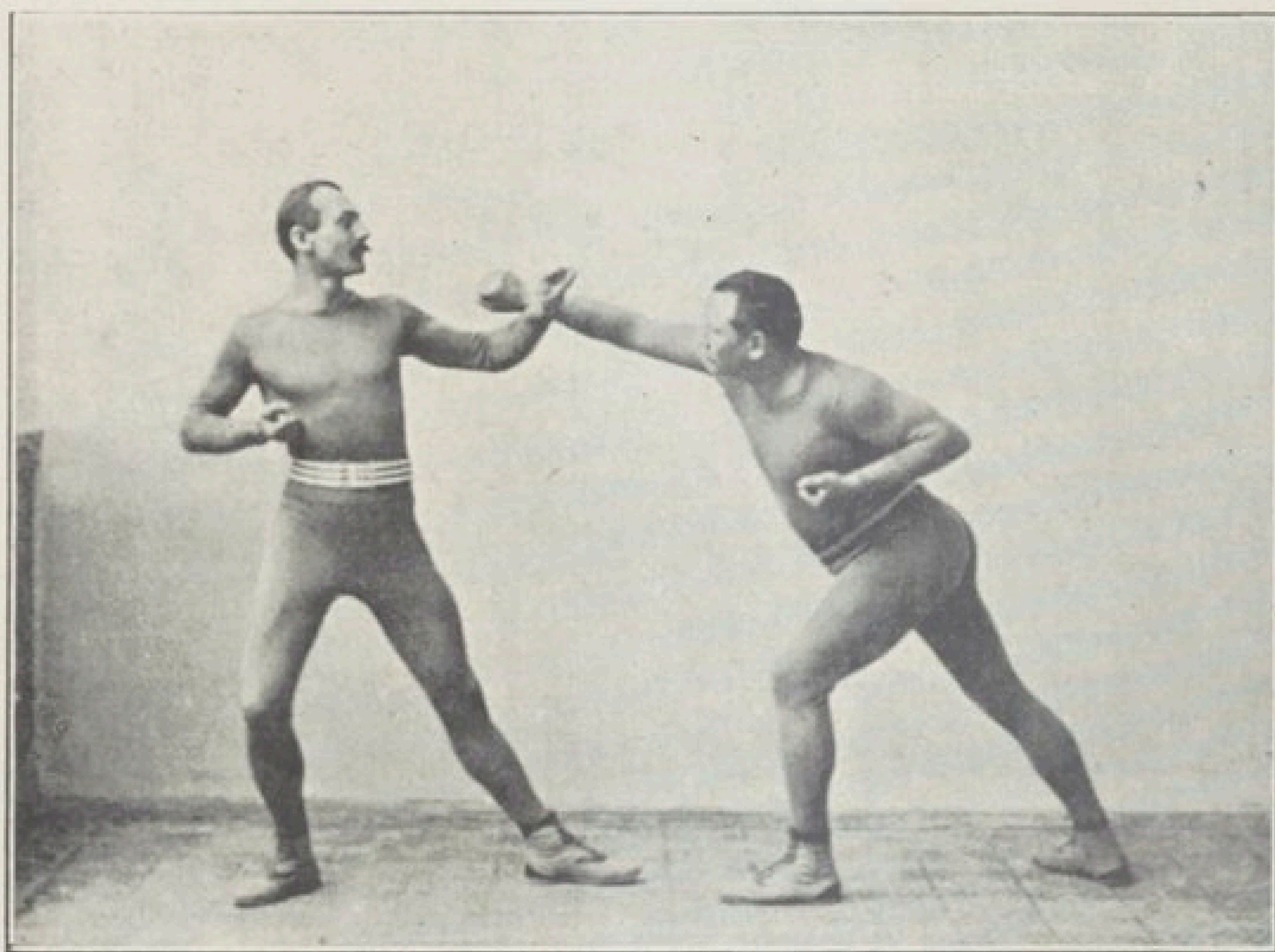


Fig. 10. — Parade du coup de poing horizontal

Fig. 9. — Coup de poing horizontal (2e mouvement)

Ce coup peut également être porté au flanc et au creux de l'estomac, quand on est en fausse garde.

On peut aussi exécuter le coup de poing horizontal, le bras raccourci et arrondi ; pour cela il faut être très rapproché de son adversaire, ou engagé corps à corps avec lui.

Il y a une troisième manière de porter le coup de poing horizontal, il s'exécute en tournant le corps. (Voir 6e partie, § 262, fig. 67.)

Parade du coup de poing de figure demi-circulaire horizontal

§ 33. — On pare le coup de poing de figure demi-circulaire horizontal par la parade du coup de poing de figure direct, lors-

qu'il est porté à la figure (voir fig. 10), et on le pare aussi par la parade du coup de poing de flanc direct, lorsqu'il est porté au flanc.

DES COUPS DE PIED BAS EN GÉNÉRAL

§ 34. — Le coup de pied bas est un des coups les plus à craindre, tant au point de vue de sa facilité d'exécution, de sa

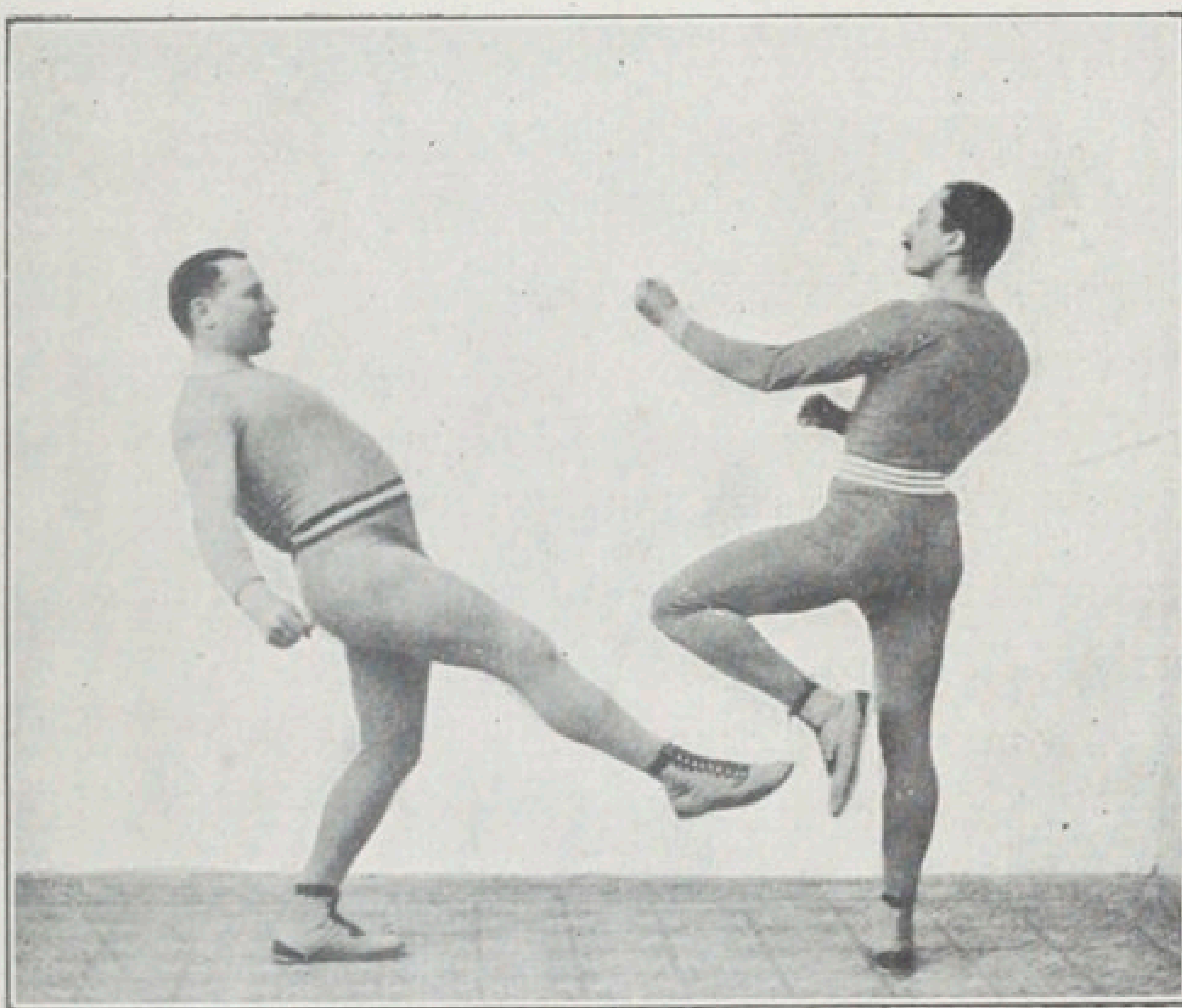


FIG. 11. — Coup de pied bas FIG. 12. — Parade du coup de pied bas (Esquive)

rapidité et de sa force, que par la surprise qu'il cause toujours à un adversaire ignorant la boxe française.

Porté avec succès, il met généralement l'adversaire hors de combat. Porté en fausse garde, ce coup est terrible, il peut fracturer le tibia. Dans la vraie garde il est moins à craindre, car il ne peut porter que sur la partie externe de la jambe, c'est-à-dire sur la partie charnue du mollet.

Si le coup de pied bas est dangereux, son coup d'arrêt l'est bien davantage, et l'on ne saurait trop s'en défier en présence d'un adversaire bien exercé. Nous l'expliquerons dans la cinquième partie.

Nous conseillons l'étude sérieuse de ces deux exercices, le coup de pied bas et son coup d'arrêt particulièrement aux personnes de petite taille ou d'un certain âge, ou d'une conformation désavantageuse.

Coup de pied bas sur place

§ 35. — Deux mouvements. — *Premier mouvement :* La jambe droite étant légèrement fléchie, il faut la lancer vivement et directement en avant, de manière que le talon rase, en passant, le côté interne du pied gauche et que le milieu du pied droit, placé en travers, frappe au tibia la jambe de l'adversaire, le pied tendu, la pointe baissée vers le sol et dirigée en dehors et à droite.

Pour porter le coup, il faut détendre la jambe droite avec vigueur au moment où elle dépasse la jambe gauche, et en même temps lancer les bras dans toute leur longueur de chaque côté et en arrière du corps. (Voir fig. 11.)

Ce dernier mouvement augmente l'impulsion donnée par la détente de la jambe et maintient le corps en parfait équilibre.

Deuxième mouvement : Après avoir frappé, il faut reporter vivement la jambe en arrière et reprendre aussitôt la position de garde à gauche. (Voir fig. 1.)

Durant l'exécution de cet exercice, le pied gauche ne bouge pas, mais la jambe doit fléchir le plus possible, au moment de la détente de la jambe droite, ce qui facilite l'allonge et fait porter le coup très bas.

DES PARADES DU COUP DE PIED BAS EN GÉNÉRAL

§ 36. — Il y a quatre manières principales d'éviter le coup de pied bas, ou autrement dit, quatre parades : la première se nomme : esquive; la deuxième : changement de garde en arrière; la troisième : coup d'arrêt; la quatrième : ramassement de jambe.

Ces quatre parades sont très pratiques. La première s'exécute

en vue d'une riposte à l'attaque du coup de pied bas ; la deuxième pour gagner du temps ou changer de position ; la troisième peut être la plus sérieuse : elle consiste à parer avec le pied placé en travers, en arrêt ; elle a en outre l'avantage de laisser les bras libres et prêts à la riposte du coup de pied ou du coup de poing.

On peut aussi l'exécuter en fléchissant la jambe et en la détendant comme pour le chassé-croisé ; le coup n'en a que plus de force, puisqu'il y a deux chocs : le coup de pied bas et le coup d'arrêt.

L'exécution de la quatrième est plus difficile. Il faut y mettre la plus vive attention, la plus grande agilité, car les tireurs habiles, pour faire parer par des ramassements, font des feintes en bas et frappent en haut.

Parade du coup de pied bas sur place (esquive)

§ 37. — Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Il faut esquiver la jambe gauche en la ployant et en l'élevant perpendiculairement en avant, le genou placé en haut, le pied tendu, la pointe baissée et dirigée vers le sol, le corps restant en équilibre sur la jambe droite tendue. (Voir fig. 12.)

Deuxième mouvement : Replacer le pied gauche dans sa position première.

Observation. — Chaque fois qu'on évite le coup de pied bas par l'esquive, c'est avec l'intention de riposter ; en ce cas, après avoir esquivé le coup de pied bas, il faut gagner la mesure en portant le pied gauche en avant du numéro 2 sur le numéro 3, et riposter vivement de la jambe droite.

Coup de pied bas en marchant

§ 38. — Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Exécuter ce qui est prescrit pour le premier mouvement du coup de pied bas sur place. (Voir fig. 11.)

Deuxième mouvement : Après avoir frappé, au lieu de replacer

la jambe droite en arrière, comme il est prescrit dans le deuxième mouvement du coup de pied bas sur place, il faut, en levant légèrement le talon gauche, pivoter sur la pointe du pied, poser le pied droit en avant sur le numéro 3, puis exécuter avec la jambe gauche ce qui vient d'être prescrit pour la jambe droite, en posant le pied gauche en avant sur le numéro 4. Continuer ainsi jusqu'à ce que le pied gauche se trouve placé sur le numéro 8, et le pied droit sur le numéro 9.

Parade du coup de pied bas en marchant

§ 39. — Il suffit de changer de garde en arrière à chaque coup de pied bas porté en marchant par l'adversaire.

Coup de pied bas en rompant

§ 40. — Trois mouvements. — Étant placé garde à droite, le pied droit sur le numéro 9, le pied gauche sur le numéro 8.

Premier et deuxième mouvements : Exécuter avec la jambe gauche ce qui est prescrit pour les deux mouvements du coup de pied bas sur place (voir § 35) ; puis, après avoir frappé et replacé le pied à sa première position, exécuter le *troisième mouvement* par un changement de garde en arrière.

Continuer ainsi jusqu'à ce que le pied droit se trouve placé sur le numéro 1 et le pied gauche sur le numéro 2.

Parade du coup de pied bas en rompant

§ 41. — Cette parade est la même que celle du coup de pied bas sur place. (Voir fig. 12 et § 37.)

Pour la troisième parade, voir la cinquième partie, des coups d'arrêt. (§§ 191, 192 et fig. 33.)

Pour la quatrième, voir la quatrième partie, des ramassements de jambes (§§ 140 à 145).

GAGNER LA MESURE

§ 42. — Le coup de pied bas s'exécute aussi en gagnant la mesure, ce qui veut dire que lorsqu'on se trouve trop éloigné de son adversaire pour le toucher d'un coup de pied bas, il suffit de porter le pied gauche en avant sur le numéro 3 et, au même moment où le pied pose à terre, porter le coup de pied bas ; aussitôt, reporter le pied droit en arrière sur le numéro 1 et le pied gauche sur le numéro 2, pour reprendre la première position.

On exécute aussi ce mouvement en sautant. Il suffit pour cela d'en précipiter l'exécution.

DES COUPS DE PIED DE FLANC DEMI-CIRCULAIRES HORIZONTAUX EN GÉNÉRAL

§ 43. — Le coup de pied de flanc doit frapper l'adversaire sous les côtes dans la vraie garde, et au creux de l'estomac dans la fausse garde. Bien porté, il coupe la respiration et livre l'adversaire sans défense.

Le coup de pied de flanc sur place indique qu'après avoir frappé, on se tient sur la défensive. Dans une intention contraire c'est-à-dire avec celle de frapper une seconde fois, on exécute le coup de pied de flanc en marchant ; quant au coup de pied de flanc en rompant, il s'exécute quand on suppose à son adversaire l'intention de riposter en marchant.

Coup de pied de flanc demi-circulaire horizontal sur place

§ 44. — QUATRE MOUVEMENTS. — *Premier mouvement :* Il faut tourner et faire face à gauche en pivotant sur le talon du pied gauche, et diriger la pointe de ce pied vers la ligne G.

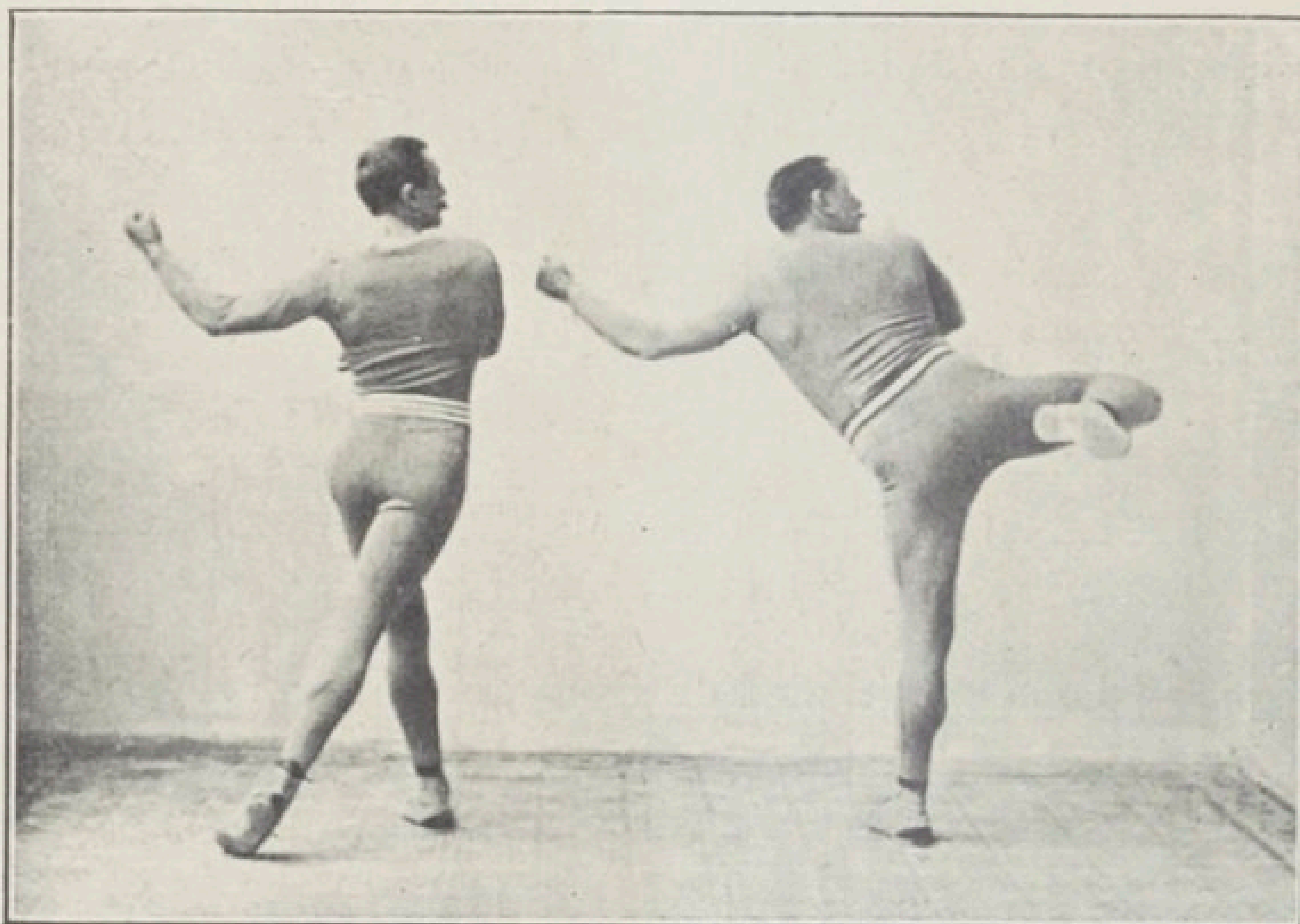
Par ce mouvement, l'épaule gauche est entièrement effacée et inclinée en arrière, les bras, conservant leur position, se trouvent alors placés du côté gauche du corps. (Voir fig. 13.)

Deuxième mouvement : Au même moment élever la jambe

droite en la ployant horizontalement en avant, le pied tendu, le talon rapproché le plus possible de la fesse. (Voir fig. 14.)

Dans cette position le genou, le talon et la pointe du pied se trouvent placés sur une ligne horizontale.

Troisième mouvement : Détendre horizontalement la jambe en frappant au-dessus de la ceinture le flanc de l'adversaire avec la



Coup de pied de flanc
FIG. 13 (1er mouvement) FIG. 14 (2e mouvement)

pointe du pied, par une détente vigoureuse de la jambe. (Voir fig. 15.)

Quatrième mouvement : Après avoir frappé, reployer la jambe en arrière en pivotant vers la droite sur le talon gauche, et replacer le pied droit sur le numéro 1 pour reprendre la garde à gauche.

Étant placé en vraie garde, on frappe sous les côtes ; étant placé en fausse garde, on frappe au creux de l'estomac.

§ 45. — *Observation sur la position des bras.* — La position des bras telle qu'elle est expliquée pour le coup de pied horizontal, le chassé-croisé et le coup de pied en tournant, a pour but de couvrir le corps, de le maintenir en équilibre et de façon à pouvoir poser les mains à terre avec facilité en cas de chute.

DE LA PARADE DU COUP DE PIED DE FLANC DEMI-CIRCULAIRE HORIZONTAL EN GÉNÉRAL

§ 46. — Telle qu'elle est enseignée ci-dessous, et bien exécutée, cette parade peut avoir le double avantage de parer et de

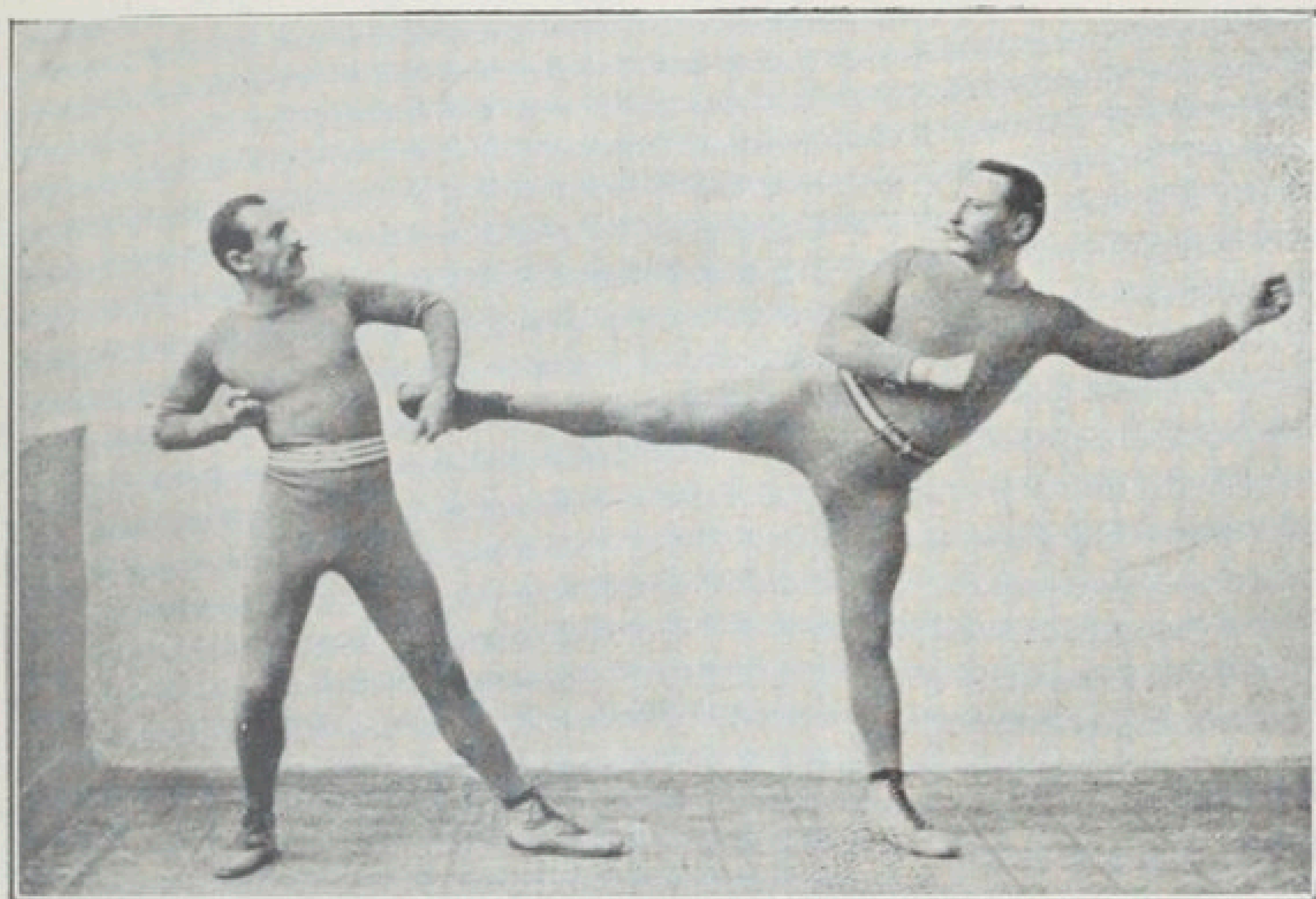


Fig. 16. — Parade du coup de pied de flanc

Fig. 15. — Coup de pied de flanc (3e mouvement)

frapper, car en frappant avec force sur la jambe de l'adversaire, comme il est prescrit ci-dessous (§ 47), il est certain que ce dernier ne pourrait plus continuer la lutte, car la parade en ce cas équivaut à un coup d'arrêt sur la jambe. Pour cette raison, dans la leçon, il faut parer les coups de pied avec la main ouverte, de manière à ne pas faire de mal.

Parade du coup de pied de flanc sur place

§ 47. — Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Il faut passer l'avant-bras gauche au-dessus et en dedans de la jambe droite de l'adversaire.

Deuxième mouvement : Porter un vigoureux coup de poing de

haut en bas sur le tibia de la jambe de l'adversaire de manière à la chasser à gauche en dehors de la ligne perpendiculaire du corps. (Voir fig. 16.)

Coup de pied de flanc en marchant

§ 48. — Il s'exécute d'après les mêmes principes que le coup de pied de flanc sur place. (Voir § 44.) Étant placé garde à gauche, après avoir frappé de la jambe droite, il faut poser le pied en avant sur le numéro 3, la pointe dirigée vers la lettre A. Ensuite frapper de la jambe gauche et poser le pied en avant sur le numéro 4, la pointe dirigée vers la lettre A.

Continuer ainsi jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 8, et le pied droit sur le numéro 9. On est alors placé garde à droite.

§ 49. — La parade du coup de pied de flanc en marchant est la même que celle du coup de pied de flanc sur place. (Voir § 47.)

On peut aussi employer le changement de garde en arrière.

Coup de pied de flanc en rompant

§ 50. — Il s'exécute d'après les mêmes principes que le coup de pied de flanc sur place (voir § 44), étant placé garde à droite, le pied droit sur le numéro 9, le pied gauche sur le numéro 8.

Après avoir frappé de la jambe gauche, il faut reployer la jambe en arrière en pivotant vers la gauche sur le talon droit et replacer le pied gauche sur le numéro 8; puis changer de garde en arrière, en portant le pied droit sur le numéro 7; frapper ensuite de la jambe droite et changer de garde en arrière en portant le pied gauche sur le numéro 6.

Continuer ainsi à frapper et à changer de garde en arrière jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 2 et le pied droit sur le numéro 1.

§ 51. — La parade du coup de pied de flanc en rompant est la même que celle du coup de pied de flanc sur place. (Voir § 47.)

§ 52. — Le coup de pied de flanc s'exécute aussi en gagnant la mesure. (Voir § 42.)

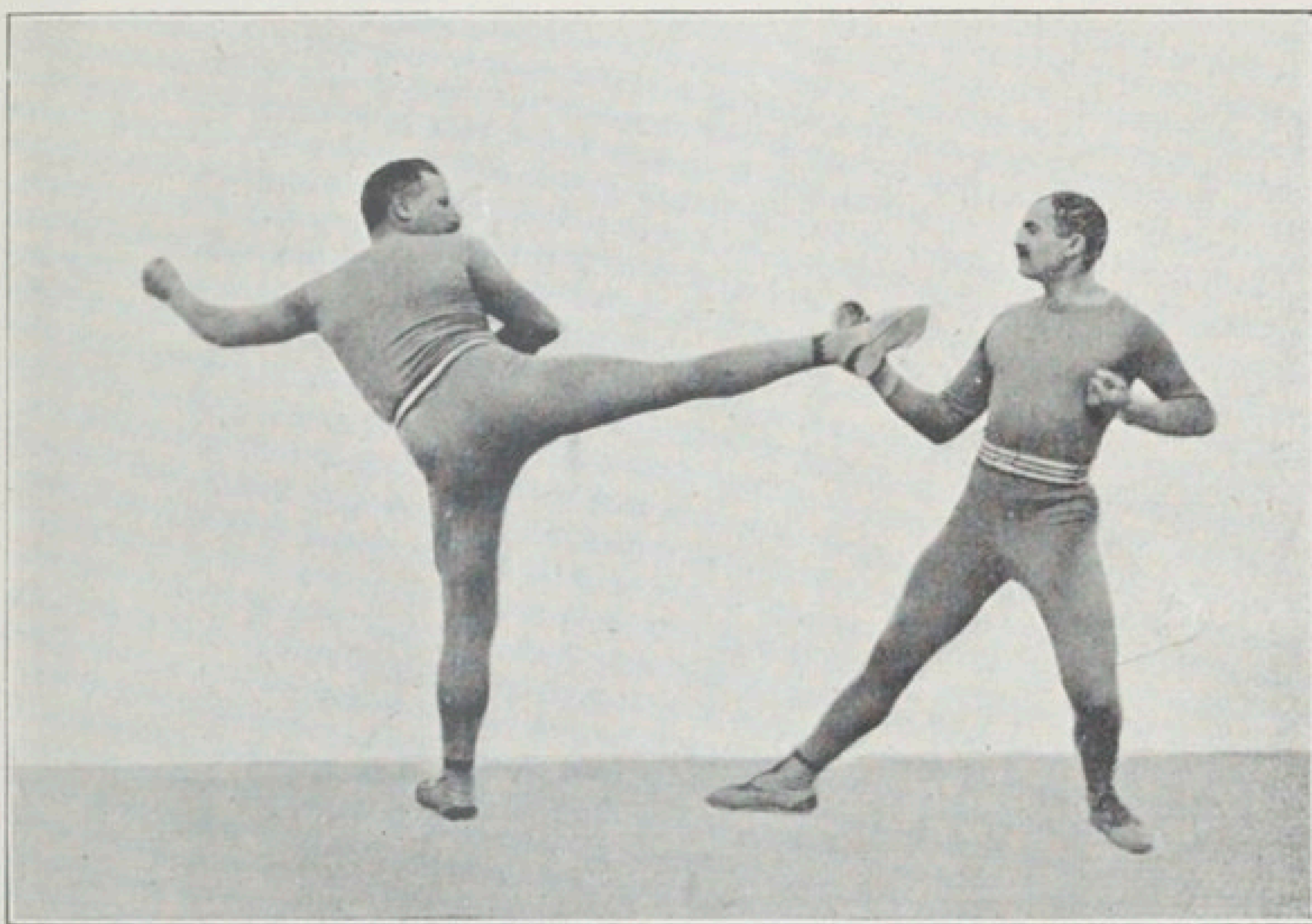


FIG. 17. — Coup de pied de poitrine FIG. 18. — Parade du coup de pied de poitrine

Coup de pied de poitrine

§ 53. — Les principes de ce coup sont les mêmes que ceux du coup de pied de flanc sur place. (Voir § 44.) Il s'exécute sur place en marchant et en rompant. Pour ce coup seul, les deux adversaires doivent être placés en fausse garde.

On dirige le coup à la poitrine. (Voir fig. 17.) On l'emploie le plus souvent avec succès dans la fausse garde. Dans cette position, la jambe placée en arrière peut frapper à volonté à la poitrine et obliger l'adversaire à parer du bras de devant, ce qui permet de doubler le coup au creux de l'estomac, l'adversaire n'étant pas placé pour parer facilement ce dernier coup.

Le coup de pied de poitrine s'exécute aussi en gagnant la mesure. (Voir § 42.)

Parade du coup de pied de poitrine

§ 54. — L'adversaire placé en fausse garde à gauche porte avec la jambe droite son coup de pied de poitrine, qu'il faut parer avec la main droite ouverte, la paume en bas, les doigts réunis en haut, l'intérieur tourné face à gauche, en faisant une forte opposition sur le cou-de-pied pour chasser la jambe de l'adversaire en dehors à gauche. (Voir fig. 18.) Si l'adversaire est placé en fausse garde à droite, il faut parer le coup de pied porté de la jambe gauche avec la main gauche.

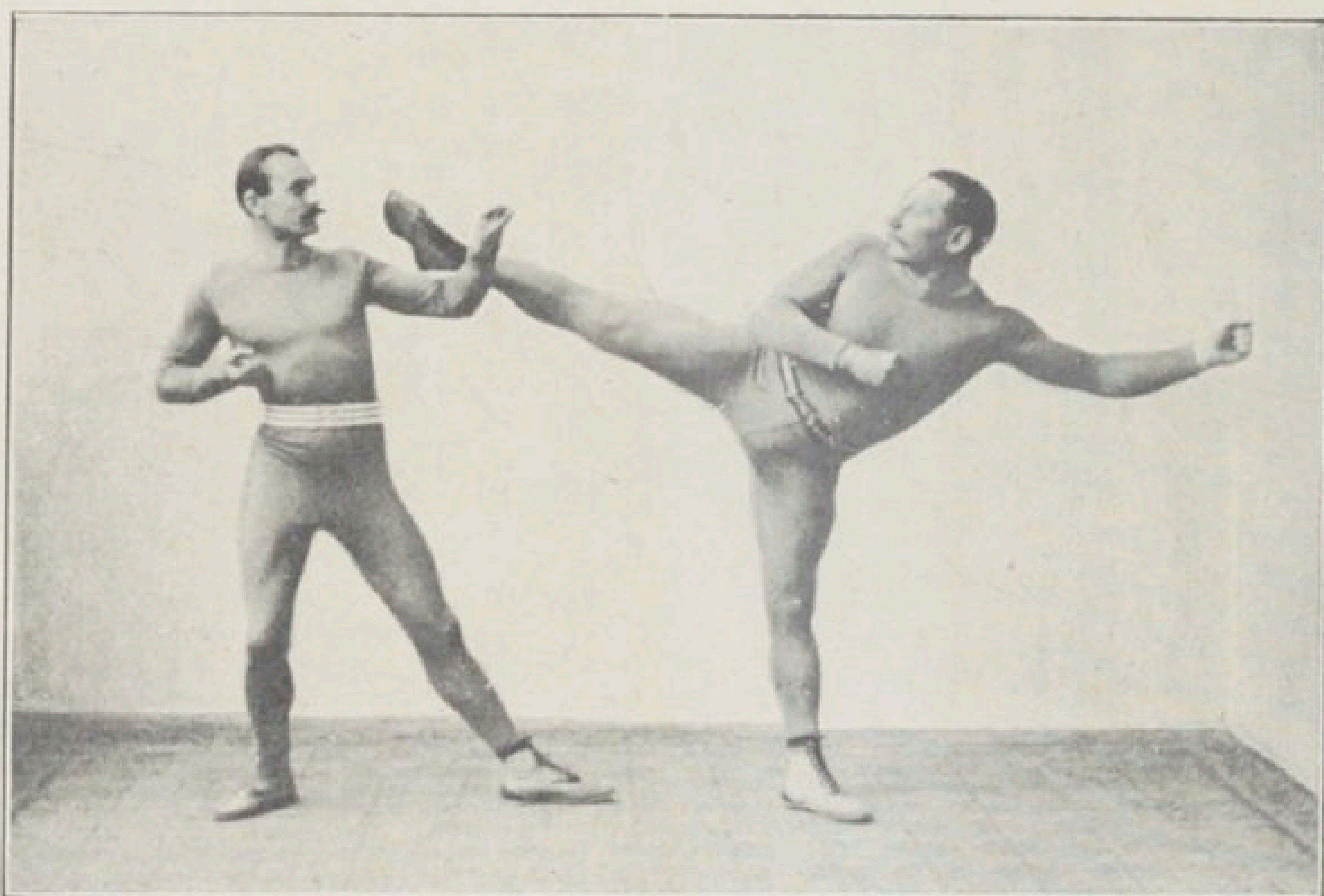


Fig. 20. — Parade du coup de pied de figure Fig. 19. — Coup de pied de figure

Coup de pied de figure

§ 55. — Tous les tireurs ne peuvent pas se servir de ce coup. En effet, il ne faut pas l'exécuter dans le combat et même dans l'assaut, si l'on n'est pas doué d'une grande souplesse de jambe et d'une grande facilité d'élévation, car il peut déplacer le centre de gravité et il oblige à se rapprocher de l'adversaire plus que dans les autres coups.

C'est pourquoi nous le classerions volontiers parmi les exercices d'assouplissement et même parmi les coups de fantaisie.

§ 56. — Les principes du coup de pied de figure sont les mêmes que ceux du coup de pied de flanc. (Voir § 44.) Il s'exécute sur place, en marchant et en rompant, et en dirigeant le coup à la figure. (Voir fig. 19.) On l'exécute aussi en gagnant la mesure. (Voir § 42.)

Parade du coup de pied de figure

§ 57. — Ses principes sont les mêmes que ceux prescrits pour la parade du coup de poing de figure direct. (Voir fig. 20 pour la parade et § 19 pour les principes.)

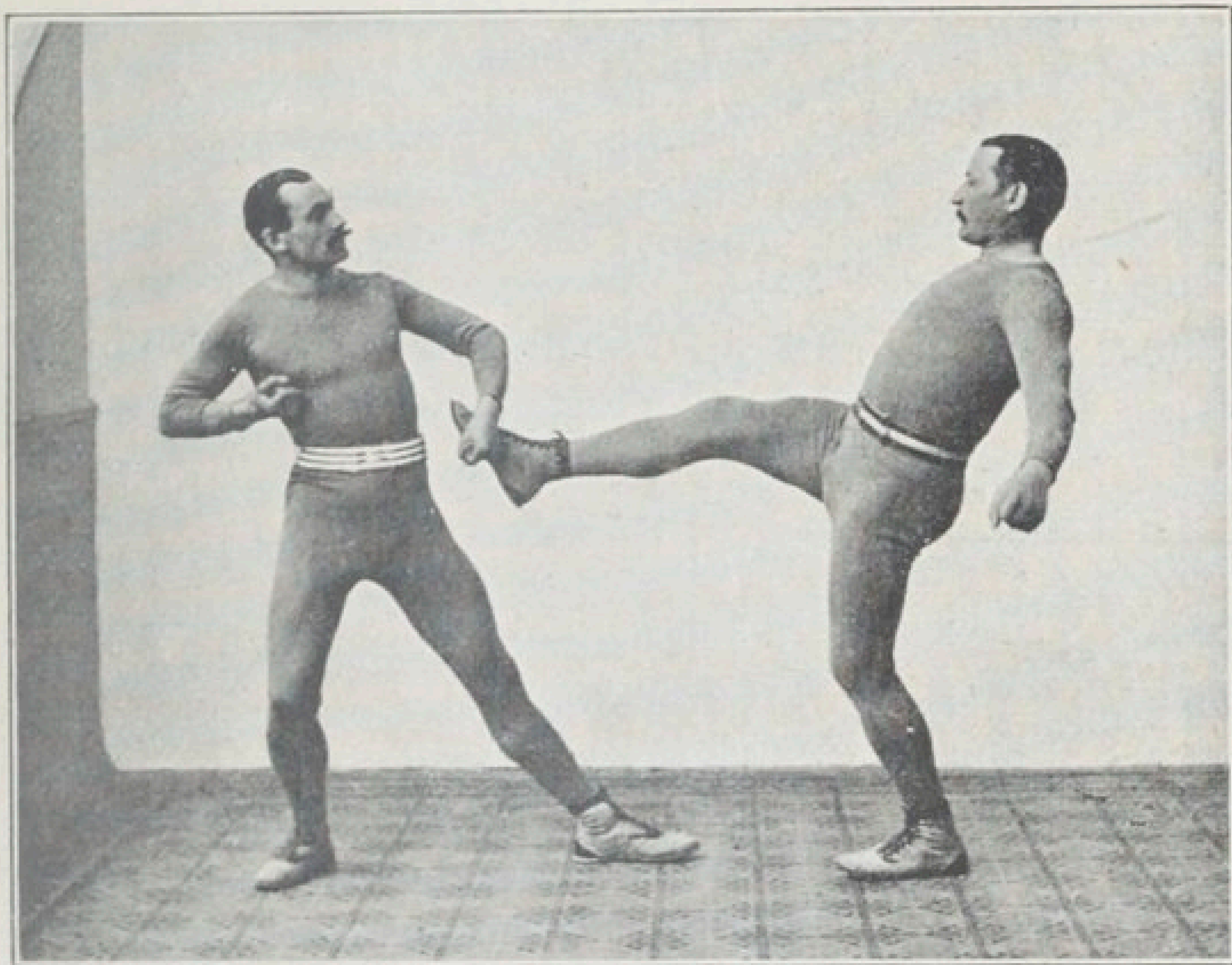


FIG. 22. — Parade du coup de pied direct FIG. 21. — Coup de pied direct

Du coup de pied direct

§ 58. — Ce coup est efficace, à condition toutefois qu'il soit porté avec une grande vitesse. Autrement il est périlleux, car il offre à l'adversaire des facilités à la prise de jambe, et en ce cas la chute est inévitable.

Nous expliquerons dans la quatrième partie le moyen d'éviter la chute.

On l'emploie le plus souvent contre un adversaire qui cherche

à ramasser les jambes ou qui se lance le corps penché en avant pour porter un coup de tête ; on vise le creux de l'estomac.

En un mot, on s'en sert avec succès chaque fois que l'adversaire, par sa position offensive, présente le haut du corps en avant.

Ce coup était fort usité du temps de la vieille méthode (nommée savate). A cette époque les tireurs tenaient la garde basse et penchaient souvent le haut du corps en avant pour ramasser les jambes.

Coup de pied direct sur place

§ 59. — Trois mouvements. — *Premier mouvement :* Il faut élever la jambe droite en avant verticalement, en la ployant, le genou élevé à hauteur de la ceinture, le pied tendu, la pointe baissée et dirigée vers le sol, le haut du corps fortement incliné en arrière. (Voir fig. 21.)

Deuxième mouvement : Détendre vivement la jambe droite avec force en avant, en ligne directe pour frapper de la pointe du pied au creux de l'estomac ; en même temps, lancer les bras dans toute leur longueur de chaque côté et en arrière du corps. Comme pour le coup de pied bas, ce dernier mouvement augmente l'impulsion donnée par la détente de la jambe, et maintient l'équilibre du corps. (Voir fig. 21.)

Troisième mouvement : Aussitôt le coup porté, retirer vivement la jambe droite en arrière et poser le pied sur le numéro 1, pour reprendre la position de garde à gauche.

Dans l'application pratique de ce coup, il faut que la jambe passe par la flexion et l'extension, sans s'y arrêter : le coup doit fouetter.

On peut aussi l'exécuter en gagnant la mesure. (Voir § 42.)

Parade du coup de pied direct sur place

§ 60. — C'est la même que celle du coup de pied de flanc sur place. (Voir § 47, fig. 16.) Mais on frappe de haut en bas sur la jambe de l'adversaire, de manière à le faire tomber en avant pour riposter au coup de poing.

Comme parade, on emploie avec avantage le ramassement de

jambe. (Voir le ramassement du coup de pied direct, fig. 51 et § 173, 4e partie.) On se sert aussi du coup d'arrêt. (Voir le coup d'arrêt sur l'attaque du coup de pied bas, § 137 et fig. 33, 4e partie.) Pour la parade du coup de pied direct sur place, voir figure 22.

DES COUPS DE PIED CHASSÉS-CROISÉS EN GÉNÉRAL

§ 61. — Selon nous, le coup de pied chassé-croisé est le plus sérieux au point de vue pratique, tant par sa facilité d'exécution que par ses redoutables effets. L'homme de petite taille ou d'une conformation désavantageuse, ou d'un certain âge, peut l'employer avec succès, car ce coup peut être porté sur la jambe, sur la cuisse, au flanc et au creux de l'estomac.

Les hommes de grande taille peuvent frapper plus haut, mais pour le maintien de leur équilibre, nous renouvelons la même observation que pour le coup de pied de figure, c'est-à-dire pour tous les coups portés au-dessus des hanches.

Le chassé-croisé s'exécute de trois manières et d'après le même principe, mais dans l'exécution, il varie selon les circonstances.

Il est utile d'en démontrer la différence pour suivre avec plus de facilité les leçons de la deuxième partie.

Chassé-croisé sur place

§ 62. — Le chassé-croisé sur place s'exécute de la jambe de devant comme coup d'arrêt. (Voir les coups d'arrêts, §§ 191 à 195 de la 5e partie).

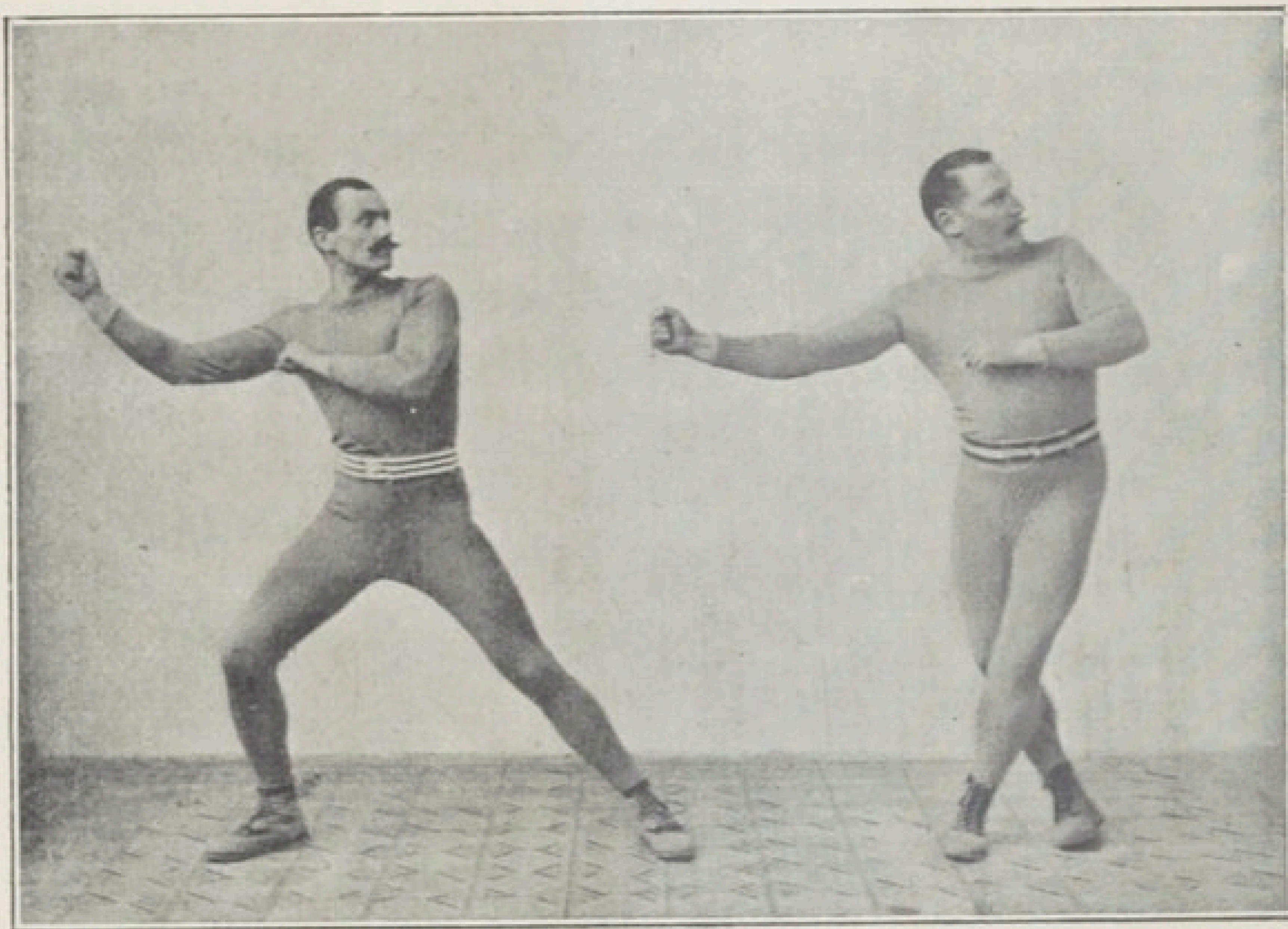
Chassé-croisé en marchant

§ 63. — QUATRE MOUVEMENTS. — Le pied droit placé sur le numéro 1, le pied gauche sur le numéro 2.

Premier mouvement : Il faut faire face à droite en dirigeant la pointe du pied gauche vers la ligne D.

Par ce mouvement, l'épaule gauche est placée en avant vers

la lettre A, et l'épaule droite en arrière vers la lettre B, le corps doit être incliné de ce dernier côté, et faisant passer immédiatement le bras gauche devant le corps; le bras droit étant presque allongé à droite, les bras se trouvent tous deux du côté droit, la jambe droite est ployée et la jambe gauche tendue. (Voir fig. 23.)



Chassé-croisé
FIG. 23. — (1er mouvement) FIG. 24. — (2e mouvement)

Deuxième mouvement : Croiser les jambes en passant la jambe droite derrière la jambe gauche et dépassant celle-ci de manière que le pied droit soit placé sur le numéro 3, la pointe du pied également tournée vers la ligne D. (Voir fig. 24.)

Pour la facilité de ce mouvement, il faut fléchir les jambes en les croisant.

Troisième mouvement : Lever et ployer horizontalement la jambe et la cuisse gauche, le genou rapproché du corps et dirigé vers la ligne D; le pied fléchi, le talon dirigé en avant. (Voir fig. 25.)

Quatrième mouvement : Détendre vigoureusement la jambe gauche en avant, en ligne directe et horizontale, en frappant avec le dessous du talon, au-dessus des hanches, ou au creux de l'estomac. (Voir fig. 26.)

Ce coup porté, il faut reprendre la position garde à gauche, en posant le pied gauche en avant sur le numéro 4, la pointe du pied dirigée vers la lettre A. Ensuite il faut changer de garde en avant, en posant le pied droit en avant sur le numéro 5, la pointe du pied dirigée vers la lettre A, ce qui détermine naturellement la position de garde à droite.

Pour continuer, le pied droit est placé sur le numéro 5, le pied gauche sur le numéro 4.

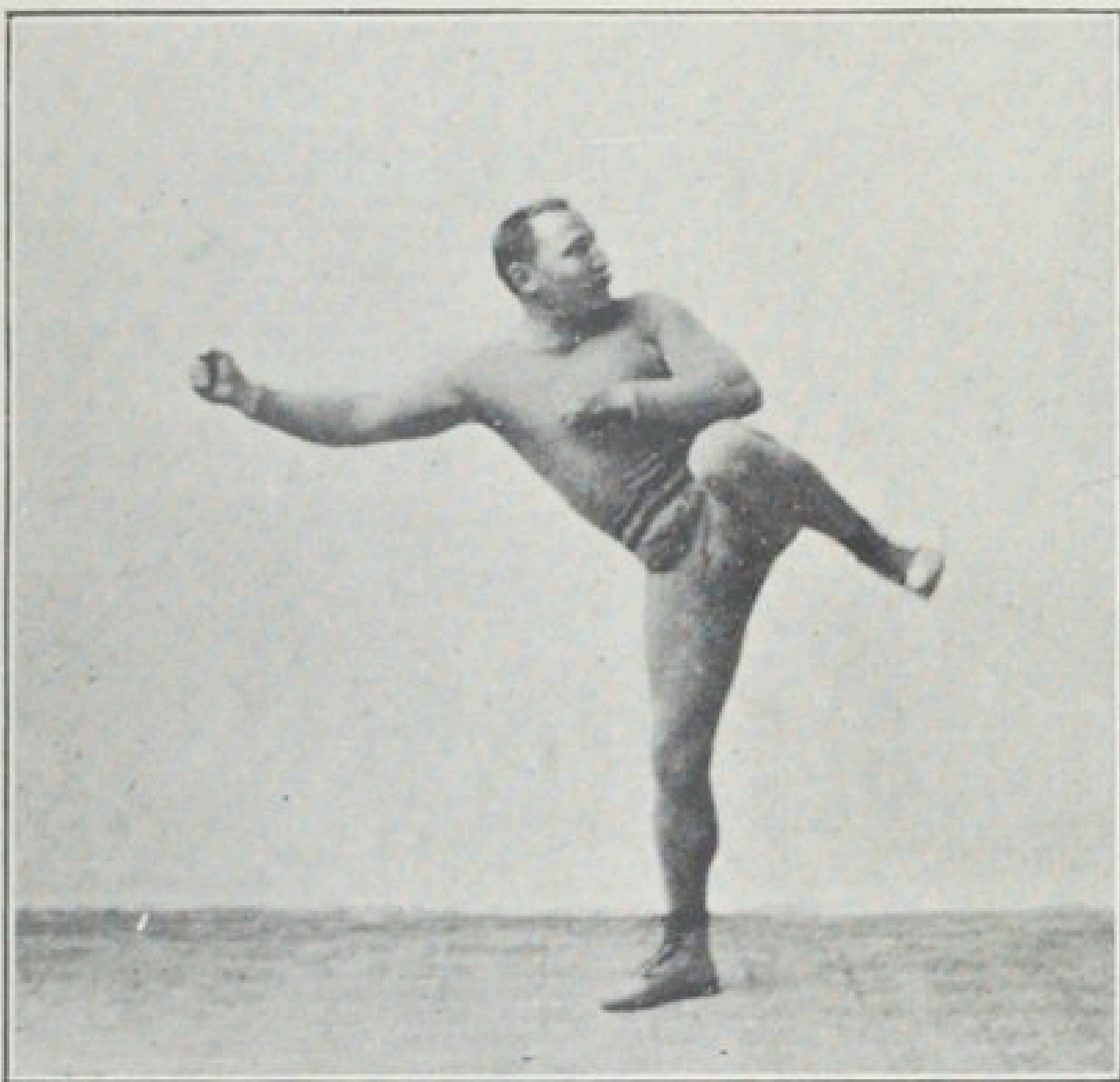


FIG. 25. — Chassé-croisé (3e mouvement)

Premier mouvement : Il faut faire face à gauche en dirigeant la pointe du pied droit vers la ligne G.

Par ce mouvement, l'épaule droite est placée en avant vers la lettre A, et l'épaule gauche en arrière vers la lettre B; le corps doit être incliné de ce dernier côté, et, laissant passer immédiatement le bras droit devant le corps, le bras gauche étant presque allongé à gauche, les bras se trouvent tous deux du côté gauche, la jambe gauche est ployée et la jambe droite tendue. (Voir fig. 23.)

Deuxième mouvement : Croiser les jambes en passant la jambe gauche derrière la jambe droite et dépassant celle-ci de manière que le pied gauche soit placé sur le numéro 6, la pointe du pied également tournée vers la ligne G. (Voir fig. 24.)

Pour la facilité de ce mouvement, il faut fléchir les jambes en les croisant.

Troisième mouvement : Lever et ployer horizontalement la jambe et la cuisse droite, le genou rapproché du corps et dirigé vers la ligne G, le pied fléchi, le talon dirigé en avant. (Voir fig. 25.)

Quatrième mouvement : Détendre vigoureusement la jambe droite en avant, en ligne directe et horizontale, en frappant avec le dessous du talon, au-dessus des hanches, ou au creux de l'estomac. (Voir fig. 26.)

Ce coup porté, il faut reprendre la position garde à droite en posant le pied droit en avant sur le numéro 7, la pointe du pied dirigée vers la lettre A. Ensuite il faut changer de garde en avant, en posant le pied gauche en avant sur le numéro 8, la pointe du pied dirigée vers la lettre A, ce qui détermine naturellement la position de garde à gauche.

Exécuter alors les chassés-croisés en rompant comme il suit :

Chassé-croisé en rompant

§ 64. — Comme il est indiqué ci-dessus, le pied droit est placé sur le numéro 7, le pied gauche sur le numéro 8.

Il faut d'abord exécuter les quatre mouvements prescrits pour le chassé-croisé en marchant, puis reployer vivement et horizontalement la jambe gauche en arrière en pivotant à gauche sur le talon droit, et replacer le pied gauche en arrière sur le numéro 8 de manière à reprendre la position de garde à droite.

Exécuter alors deux changements de garde en arrière, en portant le pied droit du numéro 9 sur le numéro 7, et le pied gauche du numéro 8 sur le numéro 6.

Étant placé garde à droite, comme il est indiqué ci-dessus, le pied droit sur le numéro 7 et le pied gauche sur le numéro 6, il faut d'abord exécuter les quatre mouvements prescrits pour le chassé-croisé en marchant, puis reployer vivement et horizontalement la jambe droite en arrière, en pivotant à droite sur le talon gauche, et replacer le pied droit en arrière sur le numéro 7, de manière à reprendre la position de garde à gauche.

Exécuter alors deux changements de garde en arrière, en portant le pied gauche du numéro 8 sur le numéro 6, et le pied droit du numéro 7 sur le numéro 5.

Dans cette position, garde à gauche, continuer de la même façon, jusqu'au numéro 1.

§ 65. — Le chassé-croisé s'exécute aussi en sautant et d'après les principes indiqués ci-dessus sans changer de garde. On bondit en avant en croisant les jambes, de manière que la jambe placée en arrière vienne remplacer la jambe qui porte le coup ; puis celle-ci, par un bond en arrière, remplace celle-là.

On peut aussi exécuter le chassé-croisé en sautant sans croiser les jambes, il suffit qu'en bondissant, le pied de derrière remplace le pied de devant pendant que celui-ci frappe. Ensuite ils reprennent leur première position.

Ces coups s'exécutent dans l'une et l'autre garde.

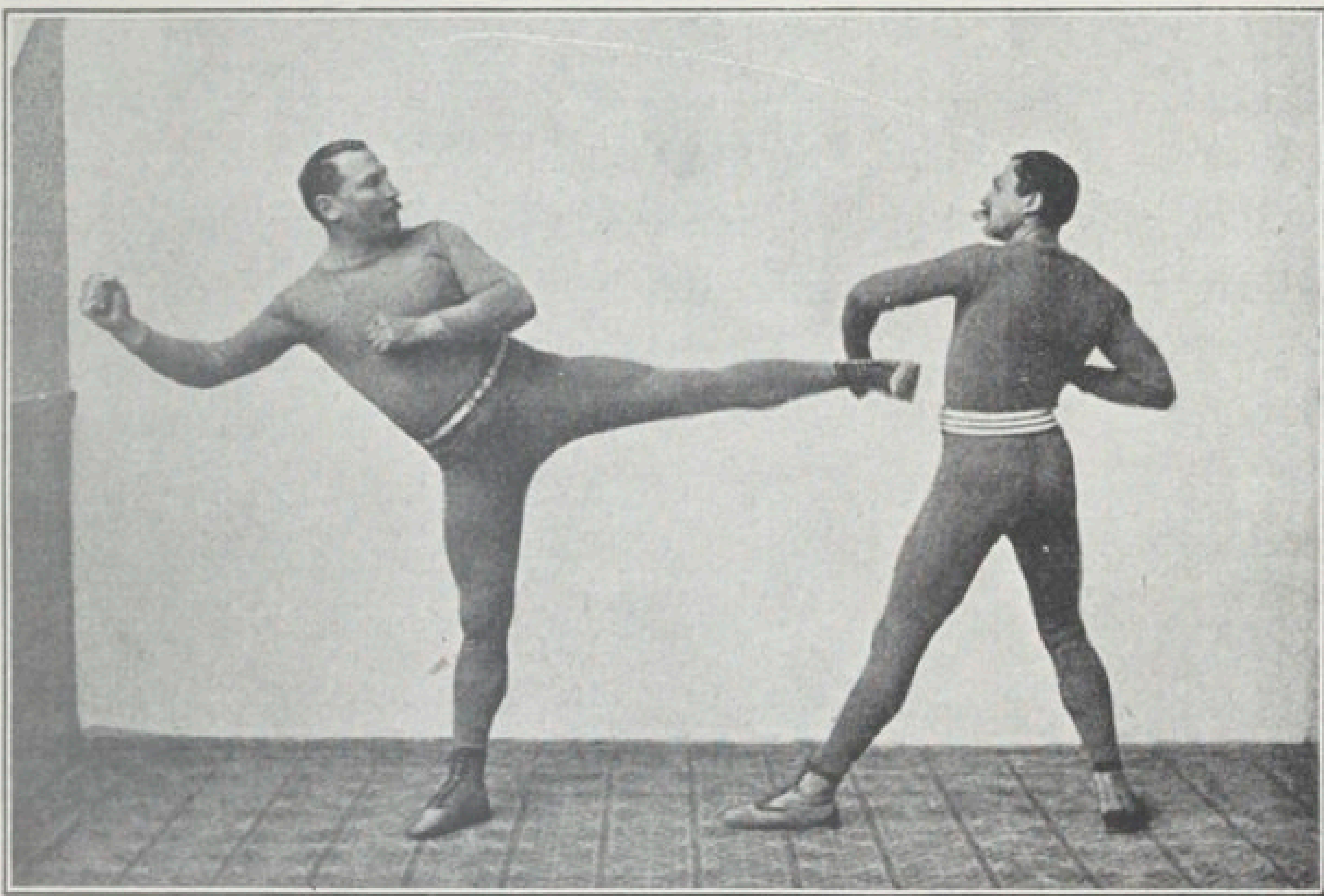


FIG. 26. — Chassé-croisé (4[e] mouvement) FIG. 27. — Parade du chassé-croisé

Parade du chassé-croisé

§ 66. — Cette parade est la même que celle du coup de pied de flanc horizontal. (Voir fig. 27.) On peut aussi parer le chassé-croisé par la parade dite : prise en dehors, qui s'exécute

de la main droite pour le coup porté par la jambe droite et de la main gauche pour le coup porté de la jambe gauche.

Pour parer, il faut passer la main droite par dessus et derrière la jambe droite de l'adversaire qui frappe, puis chasser la jambe en donnant une forte impulsion de gauche à droite, en dehors. La main doit porter son effort sur la partie comprise entre le mollet et le talon.

Cette parade a donc pour objet de faire pivoter l'adversaire sur lui-même, et ainsi de compromettre son équilibre. (Voir fig. 39, parade prise en dehors, 4e partie.)

Il y a encore une autre parade qui consiste à porter un vigoureux coup de poing par dessus la jambe qui frappe, de manière à la rabattre de haut en bas et faire tomber l'adversaire en avant, ce qui facilite les ripostes de coup de poing et de coup de pied bas.

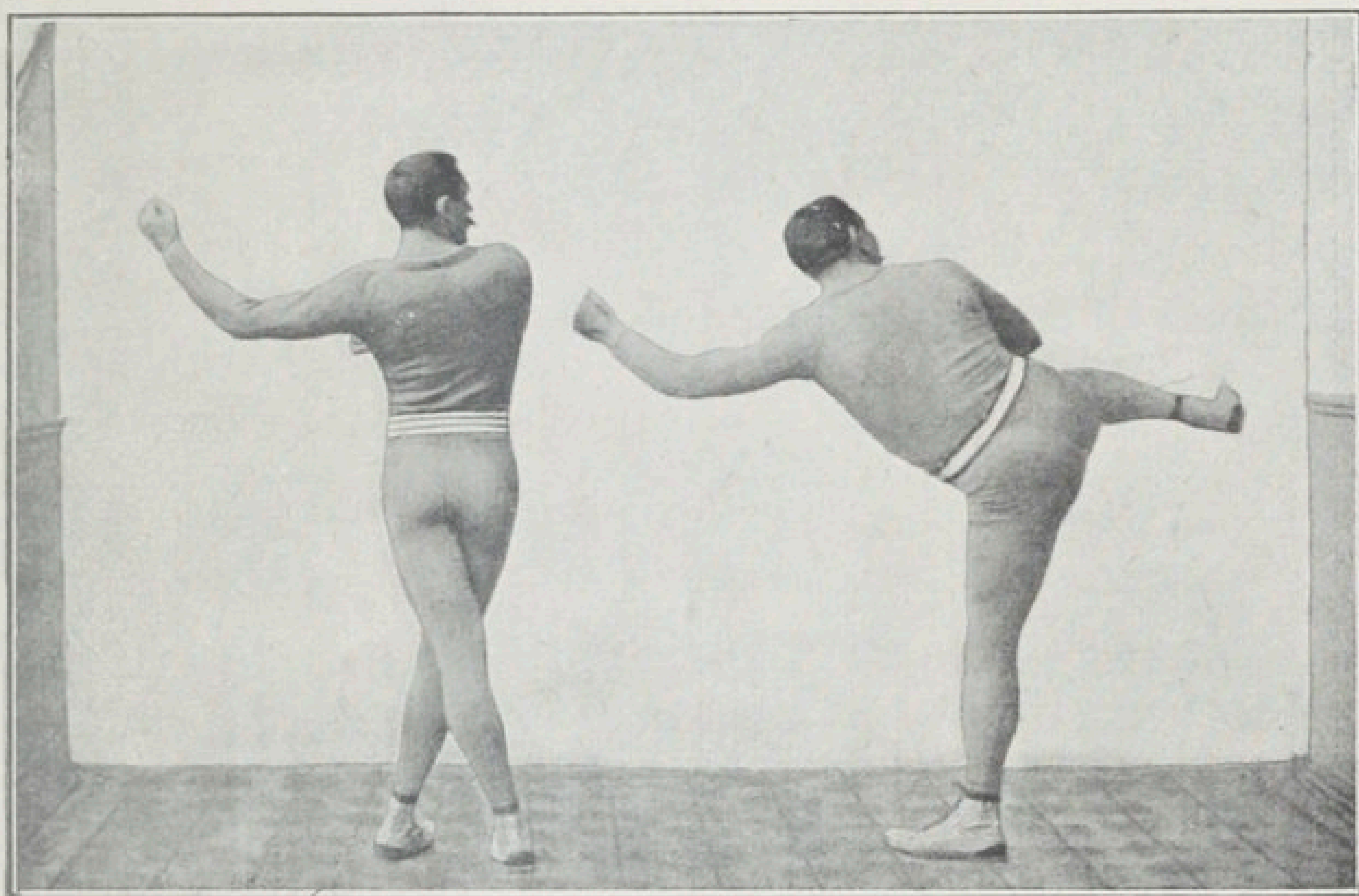
DU COUP DE PIED EN TOURNANT SUR PLACE

§ 67. — De prime abord, ce coup semble difficile à exécuter; il l'est, en effet, plus que le coup de pied en tournant en marchant, car il exige de l'élan et de l'équilibre, et, au lieu d'un demi-cercle, le corps doit décrire un cercle entier; mais c'est de cette dernière condition que vient sa facilité d'exécution. Grâce à l'impulsion imprimée au corps pour décrire le cercle, la jambe est ramenée à sa première position, tandis que l'autre pivote. Par la suite de ces exercices, le mouvement du coup de pied en tournant sur place devient presque naturel, tandis que pour le coup de pied en tournant en marchant, il est difficile d'arrêter l'impulsion donnée au corps par la détente de la jambe pour ne décrire qu'un demi-cercle, puisque, après avoir frappé, la jambe doit rester en avant.

Le coup de pied en tournant sur place a l'avantage de prévenir la riposte du coup de pied bas, que favorise, au contraire, le coup de pied en tournant en marchant.

§ 68. — *Règle générale.* — Il faut se défier de la riposte du coup de pied bas, chaque fois qu'après avoir frappé, la jambe vient se placer en avant. (Voir § 182 et fig. 40. Observations générales sur les ripostes, 4e partie.)

Il faut surtout se défier de la riposte du coup de pied bas porté sur la jambe qui sert de pivot et de point d'appui : on peut l'éviter par un coup d'arrêt porté avec la même jambe qui vient de porter le coup de pied en tournant ; pour cela, il faut, après avoir frappé, arrêter l'impulsion donnée au corps comme pour le coup de pied en tournant en marchant, et porter le coup d'arrêt. (Voir les coups d'arrêt sur l'attaque du coup de pied bas, § 137.)



Coup de pied en tournant

FIG. 28. — (1er mouvement) FIG. 29. — (2e mouvement)

Coup de pied en tournant sur place

§ 69. — TROIS MOUVEMENTS. — Le pied droit placé sur le numéro 1, le pied gauche sur le numéro 2.

Premier mouvement : Il faut faire un demi-tour à droite sur place en pivotant sur les deux talons, de manière à ce que la pointe des pieds soit dirigée vers la ligne G.

Par ce mouvement, l'épaule droite se trouvera placée en avant et dirigée vers la lettre A, l'épaule gauche en arrière vers la lettre B ; les bras n'ayant pas bougé de leur position se trouveront naturellement placés de ce dernier côté. (Voir fig. 28.)

Deuxième mouvement : Lever et ployer horizontalement la jambe et la cuisse droite, le genou rapproché du corps, et dirigé vers la ligne G, le pied fléchi, le talon dirigé en avant. (Voir fig. 29.)

Troisième mouvement : Détendre vigoureusement la jambe en avant, en ligne directe et horizontale en frappant avec le dessous du talon, au-dessus des hanches ou au creux de l'estomac. (Voir fig. 30.)

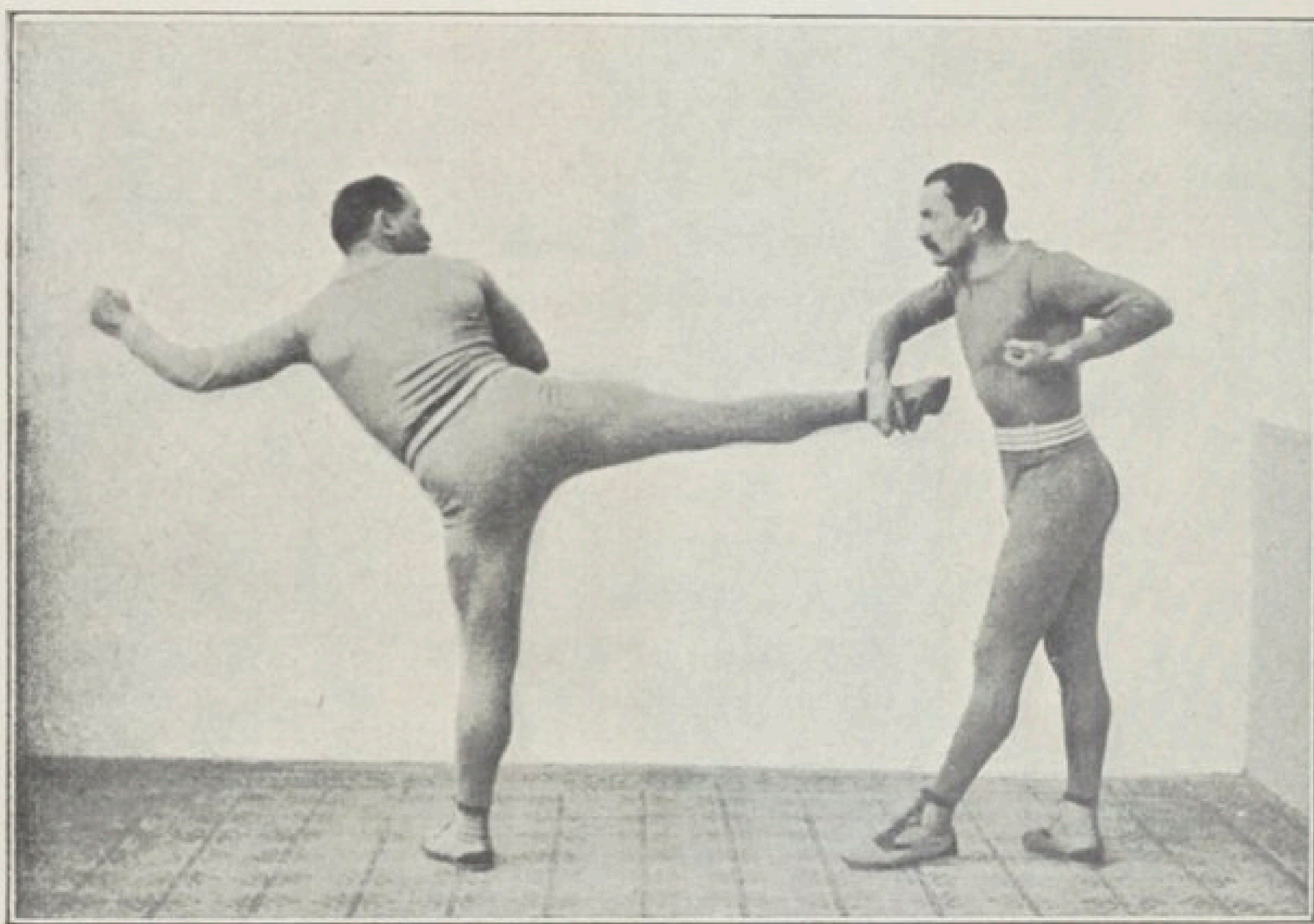


Fig. 30. — Coup de pied en tournant (3ᵉ mouvement)   Fig. 31. — Parade de coup de pied en tournant

Après avoir frappé, il faut reployer vivement et horizontalement la jambe droite en arrière à droite en pivotant sur le talon gauche, et reporter le pied droit en arrière sur le numéro 1, de manière à reprendre la première position qui était la garde à gauche.

Dans ce mouvement, le corps fait un tour complet sur lui-même.

Le coup de pied en tournant sur place s'exécute également dans la garde à droite, d'après les principes prescrits pour la garde à gauche, mais par les membres inverses.

Coup de pied en tournant en marchant

§ 70. — Le coup de pied en tournant en marchant s'exécute exactement d'après les principes du coup de pied tournant sur place ; après avoir frappé, au lieu de replier la jambe pour la reporter en arrière, il faut la laisser étendue et poser le pied en avant.

Exemple : Étant placé garde à gauche, après avoir porté le coup de pied en tournant de la jambe droite, il faut poser le pied droit en avant du pied gauche sur le numéro 3, la pointe dirigée vers la lettre A. Étant placé garde à droite, après avoir porté le coup de pied en tournant de la jambe gauche, il faut poser le pied gauche en avant du pied droit sur le numéro 4, la pointe dirigée vers la lettre A et continuer ainsi de suite jusqu'au numéro 9.

PARADE DES COUPS DE PIED EN TOURNANT

§ 71. — Les coups de pied en tournant exécutés par un adversaire peu habile sont faciles à éviter sans recourir à la parade des bras.

Il suffit d'un changement de garde en arrière, d'un bond en arrière, ou d'un écart.

Dans le cas contraire, la parade de ces coups, lorsqu'ils sont portés au flanc, à la poitrine ou à la figure, est celle des coups de pied chassés-croisés, des coups de pied de flanc, de poitrine et de figure. La figure 31 représente la parade prise en dehors. (Voir fig. 39, § 155.)

§ 72. — Observons qu'un tireur habile profite quelquefois du moment où son adversaire tourne pour le frapper par derrière.

Observons aussi que certains tireurs, au lieu de frapper directement, portent leurs coups en fauchant. C'est ce qui a donné lieu aux critiques d'autrefois sur le coup de pied en tournant ; cette manière de l'exécuter nous paraît en effet inférieure à celle que nous employons et que nous indiquons ci-dessus. (§ 69.)

Car ces coups ont moins de force et de vitesse ; ils facilitent

les rentrées de coups de poing et de coups de pied, les prises de jambes, et, au point de vue de l'équilibre, ils sont également défectueux.

§ 73. — Le coup de pied en tournant ne s'emploie avec succès que dans les cas suivants :

1° Lorsque sur un coup de pied de flanc, de figure ou chassé-croisé, l'adversaire prend la parade en dehors pour riposter au coup de poing ;

2° Lorsqu'à la suite des coups énoncés ci-dessus, on perd l'équilibre et qu'on tombe en avant ou de côté ;

3° Pour doubler un coup, c'est-à-dire, en le faisant précéder d'un autre coup;

4° En riposte, soit en haut, au creux de l'estomac, soit en bas, sur la jambe.

EXERCICES D'ASSOUPLISSEMENT POUR FACILITER L'ÉLÉVATION, LA FLEXION ET LA DÉTENTE DES JAMBES

§ 73 *bis*. — *Observation*. — Aux élèves qui manqueraient de souplesse pour lever, fléchir et détendre les jambes avec facilité, nous conseillons les exercices ci-dessous :

Élévation de la jambe en avant

§ 74. — 1er Exercice. — Les mains étant placées sur les hanches, lever la jambe tendue directement en avant, sans raideur,.le pied également tendu, la pointe dirigée en haut.

Élévation de la jambe en arrière

§ 75. — 2e Exercice. — Lever la jambe tendue directement en arrière, sans raideur, le pied également tendu, la pointe dirigée vers le sol.

§ 76. — Pour maintenir l'équilibre du corps pendant l'exécution de ce mouvement, on peut, en même temps qu'on lève la jambe en arrière, lever les deux bras en avant.

Élévation latérale des jambes

§ 77. — 3e EXERCICE. — Lever la jambe tendue sur le côté, sans raideur, le pied ployé et placé horizontalement.

Pour maintenir l'équilibre du corps pendant l'exécution de ce mouvement, on peut, en même temps qu'on lève la jambe sur le côté, lever le bras qui se trouve du côté contraire à cette jambe.

Flexion de la jambe en avant

§ 78. — 4e EXERCICE. — Fléchir la jambe en avant, en élevant le genou le plus haut possible, le pied tendu, la pointe dirigée vers le sol.

Flexion de la jambe en arrière

§ 79. — 5e EXERCICE. — Fléchir la jambe en arrière, le pied tendu. Dans ce mouvement, le genou ne bouge pas de sa position, le pied doit être tendu, la pointe dirigée vers le sol, le talon rapproché le plus possible de la fesse.

Flexion des cuisses, des jambes et des pieds

§ 80. — 6e EXERCICE. — Fléchir le corps sur les jambes, les genoux ployés et écartés, les talons levés et joints comme si on voulait s'asseoir dessus, les pointes des pieds écartées, le buste droit.

§ 81. — *Observation.* — Pour maintenir l'équilibre du corps pendant l'exécution de ce mouvement, on peut, en même temps qu'on fléchit les jambes, lever les deux bras horizontalement de chaque côté.

§ 82. — On peut encore exécuter le mouvement ci-dessus, sans lever les talons, les genoux et les pointes des pieds rapprochés et en levant les bras en avant.

Pour les élévations de jambes, on aura soin d'en augmenter

la hauteur graduellement à mesure que la souplesse acquise le permettra, sans avoir recours à un grand effort.

Tous ces exercices sont des plus faciles, on peut les exécuter seul, dans un espace très restreint. En les répétant tous les jours, dix fois, de chaque jambe, on est assuré d'un résultat parfait de souplesse et d'élévation.

En exécutant les cinq premiers exercices, dix fois de chaque jambe, et le sixième dix fois, cela fait cent dix mouvements. Il faut trois minutes pour les exécuter.

FIN DE LA PREMIÈRE PARTIE

DEUXIÈME PARTIE

Exercices simples et combinés dans le vide

La deuxième partie comprend vingt-quatre exercices

OBSERVATIONS GÉNÉRALES POUR LA DEUXIÈME PARTIE

§ 83. — La deuxième partie se compose de vingt-quatre exercices simples, combinés dans le vide.

Ces exercices ont pour but : 1° l'assouplissement ; 2° l'équilibre ; 3° la forme des mouvements.

Les leçons s'exécutent dans le vide. Nous userons des mêmes termes pour tous les coups de pied : coup de pied de flanc, de poitrine et de figure, sous la dénomination de coup de pied horizontal.

Lorsque les leçons sont composées de plusieurs coups, pour exécuter chacun d'eux, on doit prendre la position telle qu'elle est prescrite dans la première partie, comme si ces coups étaient exécutés séparément.

Il est entendu que l'explication de coup de pied sur place, indique qu'après avoir frappé, la jambe revient à son point de départ, et que, coup de pied en marchant, indique qu'après avoir frappé, on porte la jambe en avant. Le coup de pied en rompant n'est que le coup de pied sur place, suivi d'un changement de garde en arrière.

EXERCICES

1er Exercice

Position de la garde

§ 84. — Prendre la position de garde à gauche et de garde à roite, comme il est prescrit dans la première partie. (§ 5.)

2e Exercice

Changements de garde en avant et en arrière

§ 85. — Exécuter les changements de garde en avant jusqu'à que le pied gauche soit placé sur le numéro 8 et le pied droit r le numéro 9, ensuite exécuter les changements de garde en rière, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 2 le pied droit sur le numéro 1.

Marches en avant et en arrière

§ 86. — Exécuter la marche en avant comme il est prescrit 13, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 9 et pied droit sur le numéro 8, ensuite exécuter la marche en rière comme il est prescrit § 14, jusqu'à ce que le pied gauche it placé sur le numéro 2 et le pied droit sur le numéro 1.

3e Exercice

Coup de poing de figure direct sur place

§ 87. — Exécuter le coup de poing de figure direct sur place,

dix fois du bras droit, dix fois du bras gauche, vingt fois du bras droit et du bras gauche alternativement.

4e Exercice

Coup de pied bas sur place, en marchant et en rompant

§ 88. — Exécuter le coup de pied bas sur place, dix fois, puis en marchant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 8 et le pied droit sur le numéro 9, ensuite en rompant jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 2 et le pied droit sur le numéro 1.

5e Exercice

Coup de pied horizontal sur place, en marchant et en rompant

§ 89. — Exécuter le coup de pied horizontal sur place, dix fois, puis en marchant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 8 et le pied droit sur le numéro 9, ensuite en rompant jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 2 et le pied droit sur le numéro 1.

6e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, coup de pied horizontal sur place, en marchant et en rompant

§ 90. — Exécuter une feinte d'un coup de pied bas, suivie d'un coup de pied horizontal sur place, dix fois. Exécuter la même leçon en marchant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 8 et le pied droit sur le numéro 9, ensuite en rompant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur le numéro 2 et le pied droit sur le numéro 1.

Observation. — Les deux précédents coups de pied s'exécutent successivement de la même jambe, sans poser le pied à terre.

§ 91. — Chaque fois que le coup de pied horizontal est précédé du coup de pied bas, il faut, après avoir porté le coup de pied bas, pivoter sur la pointe du pied gauche, pour faire face à gauche et porter le coup de pied horizontal, et non sur le talon, comme il est prescrit pour le coup de pied horizontal sur place. (§ 44.)

7e Exercice

Coup de pied horizontal et chassé-croisé en marchant

§ 92. — Exécuter un coup de pied horizontal et un chassé-croisé successivement en marchant en avant, de la jambe droite, ensuite exécuter la même leçon de la jambe gauche et alternativement.

8e Exercice

Coup de pied horizontal de la jambe droite, coup de pied en tournant de la jambe gauche en marchant

§ 93. — Exécuter un coup de pied horizontal de la jambe droite; après avoir frappé, poser le pied en avant sur le numéro 3, ensuite exécuter un coup de pied en tournant de la jambe gauche; après avoir frappé, poser le pied en avant sur le numéro 4, la pointe du pied dirigée vers la lettre A. Continuer ainsi de suite.

9e Exercice

Coup de pied bas de la jambe droite, coup de pied horizontal de la jambe gauche en marchant

§ 94. — Exécuter le coup de pied bas de la jambe droite; après avoir frappé, poser le pied en travers et en avant sur le numéro 3, la pointe du pied dirigée vers la ligne D; ensuite exécuter le coup de pied horizontal de la jambe gauche et poser le pied en avant sur le numéro 4, la pointe dirigée vers la lettre A. Continuer ainsi de suite.

10e Exercice

Coup de pied bas de la jambe droite, coup de pied direct de la jambe gauche en marchant

§ 95. — Exécuter le coup de pied bas de la jambe droite; après avoir frappé, poser le pied en travers et en avant sur le numéro 3, la pointe du pied dirigée vers la ligne D; ensuite exécuter le coup de pied direct de la jambe gauche et poser le pied en avant sur le numéro 4, la pointe dirigée vers la lettre A. Continuer ainsi de suite.

11e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, feinte d'un chassé-croisé, chassé-croisé double en marchant

§ 96. — Exécuter une feinte de coup de pied bas de la jambe droite, poser le pied en travers et en avant sur le numéro 3, la pointe dirigée vers la ligne G, de manière à être placé, face à gauche, dans la position du premier mouvement du chassé-croisé; ensuite exécuter un chassé-croisé sans frapper et deux chassés-croisés en frappant de la jambe droite en marchant en avant.

12e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, coup de pied horizontal, chassé-croisé double, coup de pied en tournant sur place

§ 97. — Exécuter une feinte de coup de pied bas suivie d'un coup de pied horizontal de la jambe droite; après avoir frappé, poser le pied en travers et en avant sur le numéro 3, la pointe du pied dirigée vers la ligne G, de manière à être placé face à gauche dans la position de premier mouvement du chassé-croisé; ensuite exécuter successivement deux chassés-croisés en marchant, de la jambe droite, suivis d'un coup de pied en tournant sur place, de la jambe gauche.

13e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, feinte d'un coup de poing de figure, chassé-croisé en reportant la jambe en arrière

§ 98. — Exécuter une feinte de coup de pied bas de la jambe droite, suivie d'une feinte de coup de poing de figure du bras droit ; ensuite poser le pied droit en travers et en avant sur le numéro 3, la pointe du pied dirigée vers la ligne G, de manière à être placé, face à gauche, dans la position du premier mouvement du chassé-croisé, puis exécuter un chassé-croisé en avant, reployer la jambe en arrière et poser le pied sur le numéro 3. Continuer ainsi de suite.

14e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, feinte d'un coup de poing de figure, coup de pied en tournant sur place

§ 99. — Exécuter une feinte de coup de pied bas de la jambe droite, suivie d'une feinte de coup de poing de figure du bras droit; ensuite poser le pied droit en travers et en avant sur le numéro 3, la pointe du pied dirigée vers la ligne G; en même temps, pivoter vers la gauche, sur les deux talons, et diriger la pointe des pieds vers la ligne D, de manière à être placé dans la position du premier mouvement du coup de pied en tournant, puis exécuter le coup de pied en tournant sur place de la jambe gauche.

Observation. — Cette leçon s'exécute alternativement à gauche et à droite.

15e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, coup de pied horizontal, demi-tour à gauche en arrière, chassé-croisé en marchant

§ 100. — Exécuter une feinte de coup de pied bas suivie d'un coup de pied horizontal de la jambe droite; après avoir

frappé, laisser la jambe allongée; aussitôt, exécuter un demi tour à gauche en arrière en pivotant sur la pointe du pied gauche et poser le pied droit sur le numéro 1, la pointe des pieds dirigée vers la ligne D, de manière à être placé dans la position du premier mouvement du chassé-croisé; ensuite exécuter un chassé-croisé de la jambe gauche en marchant en avant. Continuer ainsi de suite.

16e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, coup de pied horizontal, volter en arrière par la gauche, chassé-croisé en reportant la jambe en arrière.

§ 101. — Exécuter une feinte de coup de pied bas suivie d'un coup de pied horizontal de la jambe droite; après avoir frappé, laisser la jambe allongée, aussitôt volter à gauche en arrière, poser le pied droit sur le numéro 1 et le pied gauche sur la lettre B, la pointe des pieds dirigée vers la ligne G, de manière à être placé dans la position du premier mouvement du chassé-croisé, ensuite exécuter un chassé-croisé en avant de la jambe droite, reployer la jambe en arrière, puis poser le pied droit sur le numéro 1 et le pied gauche sur le numéro 2.

Observation. — Pour volter à gauche en arrière, il faut d'abord pivoter sur la pointe du pied gauche et ensuite sur le talon du pied droit.

17e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, coup de pied horizontal sur place, coup de pied en tournant sur place de la même jambe

§ 102. — Exécuter une feinte de coup de pied bas suivie d'un coup de pied horizontal sur place de la jambe droite, puis, après avoir reployé la jambe en arrière et posé le pied droit sur le numéro 1, exécuter un coup de pied en tour-

nant sur place de la même jambe et poser de nouveau le pied droit sur le numéro 1.

18e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, coup de pied horizontal, demi-tour à gauche en arrière, coup de pied en tournant sur place de la même jambe.

§ 103. — Exécuter une feinte de coup de pied bas suivie d'un coup de pied horizontal de la jambe droite; après avoir frappé, laisser la jambe allongée, aussitôt exécuter un demi-tour à gauche en arrière en pivotant sur la pointe du pied gauche et poser le pied droit sur le numéro 1, ensuite exécuter un coup de pied en tournant sur place de la même jambe, et poser de nouveau le pied droit sur le numéro 1.

19e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, coup de pied horizontal, feinte de volte, chassé-croisé en reportant la jambe en arrière, coup de pied en tournant sur place de la même jambe.

§ 104. — Exécuter une feinte de coup de pied bas suivie d'un coup de pied horizontal de la jambe droite, et, restant dans la position du coup de pied horizontal, laisser tomber la jambe droite en la faisant passer par devant la jambe gauche et poser le pied droit sur le numéro 1, la pointe du pied dirigée vers la ligne G; ainsi placé dans la position du deuxième mouvement du chassé-croisé, il faut frapper en exécutant ce qui est prescrit pour le troisième et le quatrième mouvement du chassé-croisé en rompant, c'est-à-dire qu'après avoir frappé, il faut reployer la jambe droite en arrière et poser le pied droit sur le numéro 1. Ensuite il faut exécuter un coup de pied en tournant sur place toujours avec la même jambe et poser de nouveau le pied droit sur le numéro 1.

20e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas en avant, suivie d'un chassé-croisé en arrière, feinte d'un coup de pied bas suivie d'un coup de pied horizontal, feinte de volte, chassé-croisé en reployant la jambe en arrière, coup de pied en tournant sur place de la jambe droite.

Observation. — Cette leçon s'exécute sur place ; les six premiers mouvements successivement, sans poser le pied à terre, en se maintenant en équilibre sur la jambe gauche.

§ 105. — Exécuter un coup de pied bas en avant de la jambe droite, ployer et détendre la jambe pour frapper en arrière comme il est prescrit pour le troisième et le quatrième mouvement du chassé-croisé, ensuite exécuter un coup de pied bas suivi d'un coup de pied horizontal en avant, et alors étant placé dans la position du coup de pied horizontal, laisser tomber la jambe droite en la faisant passer par devant la jambe gauche et maintenant le pied droit au-dessus du numéro 1, sans toucher le sol, la pointe du pied dirigée vers la ligne G; ainsi placé dans la position du deuxième mouvement du chassé-croisé, il faut frapper en exécutant ce qui est prescrit pour le troisième et le quatrième mouvement du chassé-croisé en rompant, c'est-à-dire qu'après avoir frappé il faut reployer la jambe droite en arrière et poser le pied droit sur le numéro 1. Ensuite exécuter un coup de pied en tournant sur place, de la même jambe, et poser de nouveau le pied droit sur le numéro 1.

21e Exercice

Coup de pied bas en sautant en avant, chassé-croisé en sautant en arrière en reployant la jambe et en faisant face en arrière, coup de pied en tournant sur place de la jambe droite.

Observation. — Les deux premiers mouvements de cette leçon s'exécutent en sautant, pour gagner la mesure.

§ 106. — Exécuter un coup de pied bas de la jambe droite, en portant en même temps le pied gauche en avant sur le

numéro 3, pour gagner la mesure; ensuite, avant de poser le pied droit à terre, exécuter un chassé-croisé en arrière de la jambe droite, le corps placé face à la ligne D, le coup dirigé en arrière vers la lettre B; aussitôt le coup porté, reployer la jambe en faisant face en arrière vers la lettre B, le pied droit sur le numéro 2, la pointe dirigée vers la ligne G, le pied gauche sur le numéro 1, la pointe dirigée vers la lettre B; puis exécuter un coup de pied en tournant sur place de la jambe droite.

22e Exercice

Coup de pied bas et chassé-croisé en avant, reployer la jambe en arrière, coup de pied en tournant sur place de la jambe droite

Observation. — Les deux premiers mouvements de cette leçon s'exécutent en sautant, pour gagner la mesure.

§ 107. — Exécuter un coup de pied bas de la jambe droite, en portant en même temps le pied gauche en avant sur le numéro 3 pour gagner la mesure, ensuite avant de poser le pied droit à terre, faire face à la ligne G, la pointe des pieds dirigée de ce dernier côté, ensuite exécuter, en sautant, un chassé-croisé en avant de la jambe droite en posant le pied droit sur le numéro 4 et le pied gauche sur le numéro 5; après avoir frappé, reployer la jambe en arrière, poser le pied droit sur le numéro 4. Puis exécuter un coup de pied en tournant sur place de la jambe droite, et poser de nouveau le pied droit sur le numéro 4.

23e Exercice

Coup de pied bas en sautant en avant de la jambe droite, chassé-croisé en sautant en arrière de la jambe gauche, en reployant la jambe et en faisant face en arrière, coup de pied en tournant sur place de la jambe droite.

Observation. — Les deux premiers mouvements de cette leçon s'exécutent en sautant, pour gagner la mesure.

§ 108. — Exécuter un coup de pied bas de la jambe droite,

en portant en même temps le pied gauche en avant sur le numéro 3, pour gagner la mesure et faire face à gauche après avoir frappé, passer ensuite la jambe droite par derrière la jambe gauche, poser le pied droit sur le numéro 2, la pointe des pieds dirigée vers la ligne G; et ainsi placé, frapper de la jambe gauche en arrière, en exécutant ce qui est prescrit pour le troisième et le quatrième mouvement du chassé-croisé en rompant, c'est-à-dire qu'après avoir frappé, il faut reployer la jambe gauche en arrière et poser le pied sur le numéro 3, ensuite faire un demi-tour à gauche en tournant sur les deux talons pour revenir face en avant.

Alors le pied droit sera placé en travers sur le numéro 2, la pointe dirigée vers la ligne D, le pied gauche sur le numéro 3, la pointe dirigée vers la lettre A. Ensuite exécuter un coup de pied en tournant sur place, de la jambe droite, et poser le pied sur le numéro 2.

24ᵉ Exercice

Coup de pied horizontal sur les quatre faces en avant, à gauche et en arrière, à droite, sans reposer le pied à terre

§ 109. — Exécuter un coup de pied horizontal de la jambe droite en avant vers la lettre A; après avoir frappé, il faut reployer la jambe et, en même temps, faire face à gauche pour porter le deuxième coup de pied horizontal vers la lettre G, puis porter le troisième coup vers la lettre B, ensuite le quatrième coup vers la lettre D et le cinquième coup vers la lettre A.

Continuer à exécuter le même coup en faisant face à droite en reployant la jambe et en portant le premier coup vers la lettre D, le deuxième vers la lettre B, le troisième vers la lettre G et le quatrième coup vers la lettre A, reployer la jambe et poser le pied droit sur le numéro 1.

Pour les cinq premiers coups, il faut, pour faire face à gauche, lever légèrement le talon du pied gauche et lui faire décrire chaque fois un quart de cercle à gauche en pivotant sur la pointe du pied gauche.

Pour les quatre derniers coups, il faut, pour faire face à droite, lever légèrement la pointe du pied gauche et lui faire décrire chaque fois un quart de cercle à droite en pivotant sur le talon gauche.

Pour faciliter le mouvement du pivot, il faut, pour l'élévation légère de la pointe du pied ou du talon gauche, profiter de l'impulsion que donne la jambe en se reployant après avoir frappé, pour pivoter plus facilement.

FIN DE LA DEUXIÈME PARTIE

TROISIÈME PARTIE

Exercices contre un adversaire : Parades des coups de poing et coups de pied

La troisième partie comprend dix-neuf exercices

EXERCICES

§ 110. — *Observations.* — Dans la troisième partie, tous les coups de pied, soit en attaque soit en riposte, se portent en gagnant la mesure.

Il faut avoir soin d'exécuter les parades à propos; ne pas parer trop tôt, car c'est absolument comme si on parait trop tard, et surtout ne pas tourner la tête ni fermer les yeux au moment où l'adversaire porte son coup. D'ailleurs c'est une question de sang-froid que l'on acquiert par l'habitude.

1er Exercice

§ 111. — Coup de poing de figure porté du bras droit. — Parer du bras gauche. (Voir fig. 4 et 5.)

Coup de poing de figure du bras gauche. — Parer du bras droit.

2e Exercice

§ 112. — Deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche. — Parer du bras gauche et du bras droit.

Deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit. — Parer du bras droit et du bras gauche.

3e Exercice

§ 113. — Coup de poing de flanc porté du bras droit. — Parer du bras gauche. (Voir fig. 6 et 7.)

Coup de poing de flanc du bras gauche. — Parer du bras droit.

4e Exercice

§ 114. — Deux coups de poing de flanc, du bras droit et du bras gauche. — Parer du bras gauche et du bras droit.

Deux coups de poing de flanc du bras gauche et du bras droit. — Parer du bras droit et du bras gauche.

5e Exercice

§ 115. — Coup de pied bas de la jambe droite. — Parer en esquivant la jambe gauche.

Coup de pied bas de la jambe gauche. — Parer en esquivant la jambe droite. (Voir fig. 11 et 12.)

§ 116. — *Observations sur le mouvement des pieds en gagnant la mesure.* — Il y a une différence d'exécution entre le coup de pied de flanc expliqué dans la première partie, et le coup de pied de flanc en gagnant la mesure, prescrit dans les troisième et quatrième parties. Dans ces dernières, il faut placer la jambe gauche en avant, la pointe du pied également en avant, et au moment où le corps se porte sur la jambe gauche pour donner le coup de la jambe droite, pivoter sur le bout du pied gauche de manière que ce pied soit placé en travers sur le numéro 3, la pointe tournée vers la ligne G.

Pour le coup de pied bas, la pointe du pied reste dirigée en avant vers la lettre A.

6e Exercice

§ 117. — Coup de pied de flanc porté de la jambe droite. — Parer du bras gauche. (Voir fig. 15 et 16.)

Coup de pied de flanc porté de la jambe gauche. — Parer du bras droit.

7ᵉ Exercice

§ 118. — (Par exception, le septième exercice s'exécute en fausse garde.) Coup de pied de poitrine porté de la jambe droite. — Parer du bras droit. (Voir fig. 17 et 18.)

Coup de pied de poitrine porté de la jambe gauche. — Parer du bras gauche.

8ᵉ Exercice

§ 119. — Coup de pied de figure porté de la jambe droite. — Parer du bras gauche. (Voir fig. 19 et 20.)

Coup de pied de figure porté de la jambe gauche. — Parer du bras droit.

9ᵉ Exercice

§ 120. — Coup de pied chassé-croisé porté de la jambe droite. — Parer du bras gauche. (Voir fig. 26 et 27.)

Coup de pied chassé-croisé porté de la jambe gauche. — Parer du bras droit.

10ᵉ Exercice

§ 121. — Coup de pied chassé-croisé porté de la jambe droite. — Parer du bras droit.

Coup de pied chassé-croisé porté de la jambe gauche. — Parer du bras gauche.

11ᵉ Exercice

§ 122. — Coup de pied en tournant porté de la jambe droite. — Parer du bras droit.

Coup de pied en tournant porté de la jambe gauche. — Parer du bras gauche.

§ 123. — *Observations relatives aux dixième et onzième exercices.* — La parade de ces deux exercices est la même que celle qui est indiquée dans la quatrième partie (§ 155, fig. 39), parade prise en dehors.

Lorsque les coups de pied en tournant et les chassés-croisés sont portés à hauteur de la ceinture, on emploie la parade du coup de pied de flanc; lorsqu'ils sont portés à la poitrine, la parade du coup de pied de poitrine; et la parade du coup de pied de figure, lorsqu'ils sont portés à la figure.

12e Exercice

Parades doubles

§ 124. — Coup de pied de flanc doublé porté de la jambe droite. — Parer deux fois du bras gauche.

Coup de pied de flanc doublé, porté de la jambe gauche. — Parer deux fois du bras droit.

13e Exercice

§ 125. — Coup de pied de flanc doublé d'un coup de pied de poitrine, porté de la jambe droite. — Parer le flanc du bras gauche et la poitrine du bras droit.

Coup de pied de flanc doublé d'un coup de pied de poitrine, porté de la jambe gauche. — Parer le flanc du bras droit et la poitrine du bras gauche.

14e Exercice

§ 126. — Coup de pied de flanc doublé d'un coup de pied de figure porté de la jambe droite. — Parer le flanc et la figure du bras gauche.

Coup de pied de flanc doublé d'un coup de pied de figure, porté de la jambe gauche. — Parer le flanc et la figure du bras droit.

15e Exercice

§ 127. — Coup de pied de flanc doublé d'un coup de pied de poitrine, triplé d'un coup de figure, porté de la jambe droite. — Parer le flanc du bras gauche, la poitrine du bras droit et la figure du bras gauche.

Coup de pied de flanc, doublé d'un coup de pied de poitrine, triplé d'un coup de pied de figure, porté de la jambe gauche. — Parer le flanc du bras droit, la poitrine du bras gauche, et la figure du bras droit.

§ 128. — *Observation.* — Pendant l'exécution des parades de coups de poing ou de pied, il faut placer le bras qui reste libre à la position du premier mouvement du coup de poing direct, c'est-à-dire prêt à la riposte. (Voir § 19, fig. 5.)

Observations sur les exercices combinés

§ 129.— On peut ajouter à toutes les parades de coups de pied simples ou doubles indiquées ci-dessus, les coups, parades et ripostes de boxe anglaise contenus dans la sixième partie.

EXEMPLES

16e Exercice

§ 130. — Parer avec le bras gauche le coup de pied de flanc porté de la jambe droite et riposter d'un coup de poing de figure du bras droit. (Voir fig. 32.)

Parer avec le bras droit le coup de pied de flanc porté de la jambe gauche, et riposter d'un coup de poing de figure du bras gauche.

On peut remplacer la riposte du coup de poing de figure par un coup de poing de flanc.



17e Exercice

§ 131. — Parer avec le bras droit le coup de pied de poitrine porté de la jambe droite, riposter d'un coup de poing de figure du bras gauche. — Parer avec le bras droit un coup de poing de figure porté du bras gauche.

Parer avec le bras gauche le coup de pied de poitrine porté de la jambe gauche, riposter d'un coup de poing de figure du bras droit. — Parer avec le bras gauche un coup de poing de figure porté du bras droit.

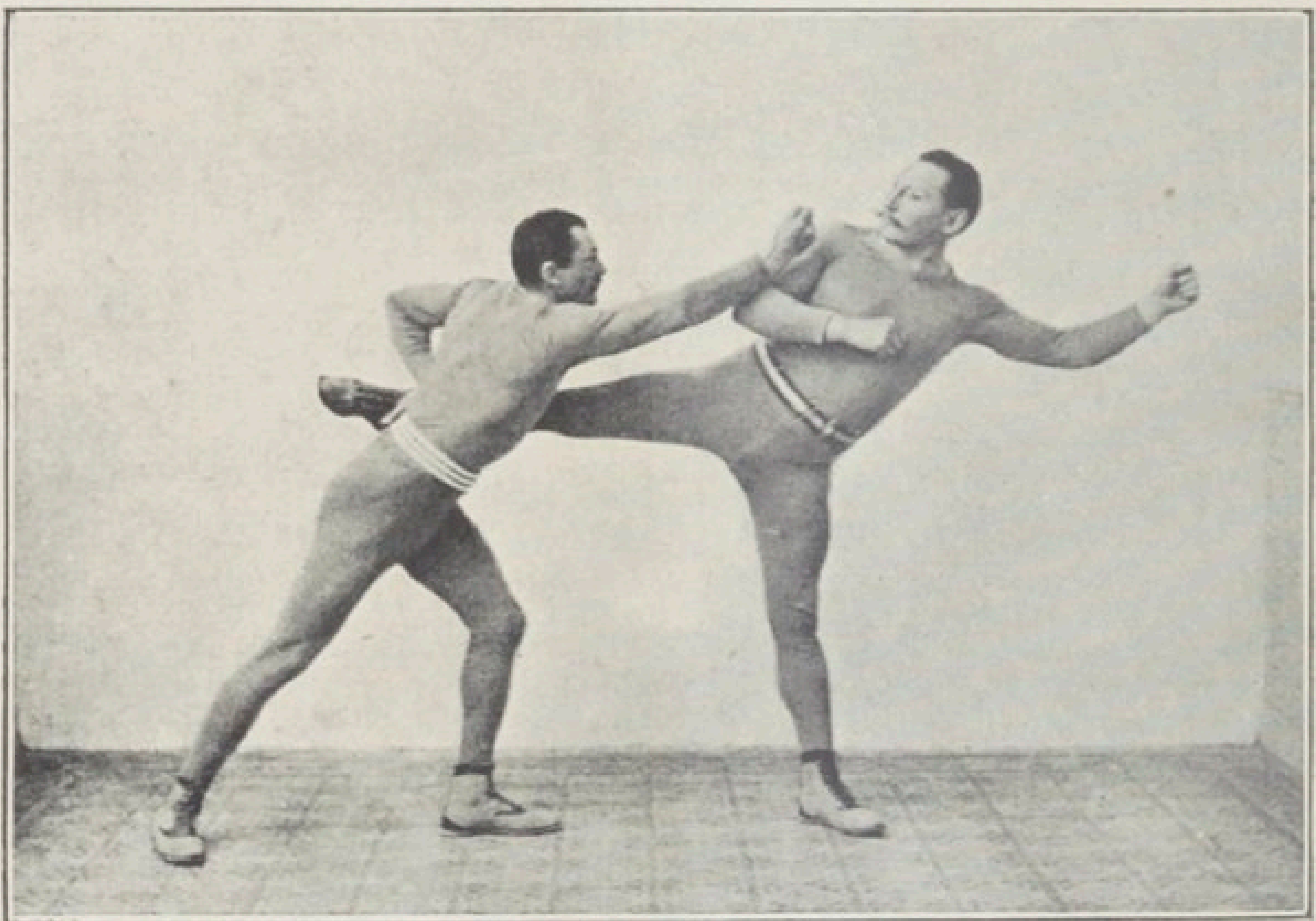


Fig. 32. — Parade du coup de pied de flanc, avec riposte du coup de poing de figure

18e Exercice

§ 132. — Parer du bras gauche le coup de pied de figure porté de la jambe droite, riposter d'un coup de poing de figure du bras droit. — Parer du bras gauche un coup de poing de figure porté du bras droit. — Riposter d'un coup de poing de flanc avec le bras droit.

Parer du bras droit le coup de pied de figure porté de la jambe

gauche, riposter d'un coup de poing de figure du bras gauche. — Parer du bras droit un coup de poing de figure porté du bras gauche. — Riposter d'un coup de poing de flanc avec le bras gauche.

19e Exercice

§ 133. — Exécuter le quinzième exercice en ripostant par deux coups de poing de figure portés du bras droit et du bras gauche, et un coup de poing de flanc porté du bras droit. — Parer les deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit, et le coup de poing de flanc avec le bras gauche.

FIN DE LA TROISIÈME PARTIE

QUATRIÈME PARTIE

Attaques, parades, ripostes. — Prises de corps et coups de lutte

La quatrième partie comprend trente et un exercices

§ 134. — En plaçant ici quelques coups de lutte, nous n'avons nullement l'intention de nous occuper de cet exercice d'une manière complète. Nous voulons seulement nous servir de quelques mouvements parmi les plus utiles, au point de vue de la défense, et nous les avons choisis parmi ceux qui peuvent apporter une aide efficace dans un combat à la boxe.

La lutte telle qu'on la pratique en France ne nous paraît d'ailleurs pas être un exercice sérieux pour la défense, étant donné qu'en dehors de quelques coups pratiques, les autres ne peuvent servir dans un combat, puisque pour les porter, il faut se jeter à terre afin de pouvoir, par son propre poids, entraîner l'adversaire avec soi dans la chute. Dans son ensemble, la lutte française peut être un bon exercice de gymnastique ; au point de vue du combat, nous préférons la lutte libre.

OBSERVATIONS GÉNÉRALES POUR LA QUATRIÈME PARTIE

§ 135. — Les leçons contenues dans cette partie s'exécutent contre un adversaire et non dans le vide comme dans la deuxième partie.

Nous emploierons pour les coups de pied horizontaux, la dénomination de coups de pied de flanc.

L'élève devra toujours être placé devant son professeur à une distance telle que ce dernier ne puisse l'atteindre qu'en se portant en avant.

Chaque fois que l'élève voudra porter un coup de pied de la jambe placée en arrière, il devra, pour se rapprocher de son adversaire, gagner la mesure (voir § 42, 1re partie), puis le coup de pied porté, reprendre vivement la première position.

Dans les exercices suivants, le professeur est censé parler à l'élève.

EXERCICES

1er Exercice

Esquiver la jambe sur l'attaque du coup de pied bas

§ 136. — Attaquez-moi d'un coup de pied bas; replacez-vous en garde; attaquez-moi d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, esquivez la jambe et ripostez d'un coup de pied bas. (Voir fig. 11 et 12.)

2e Exercice

Coup d'arrêt sur l'attaque du coup de pied bas

§ 137. — Attaquez-moi d'un coup de pied bas; replacez-vous en garde; attaquez-moi d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, exécutez le coup d'arrêt (voir fig. 33) et ripostez d'un coup de pied bas. (Pour le coup d'arrêt, voir § 191 de la 5e partie.)

3e Exercice

Échapper lorsque la jambe est prise en portant le coup de pied bas

§ 138. — Attaquez-moi d'un coup de pied bas; replacez-vous en garde; attaquez-moi d'un coup de pied bas; si je saisis la

jambe, échappez; attaquez-moi d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, esquivez la jambe et ripostez d'un coup de pied bas.

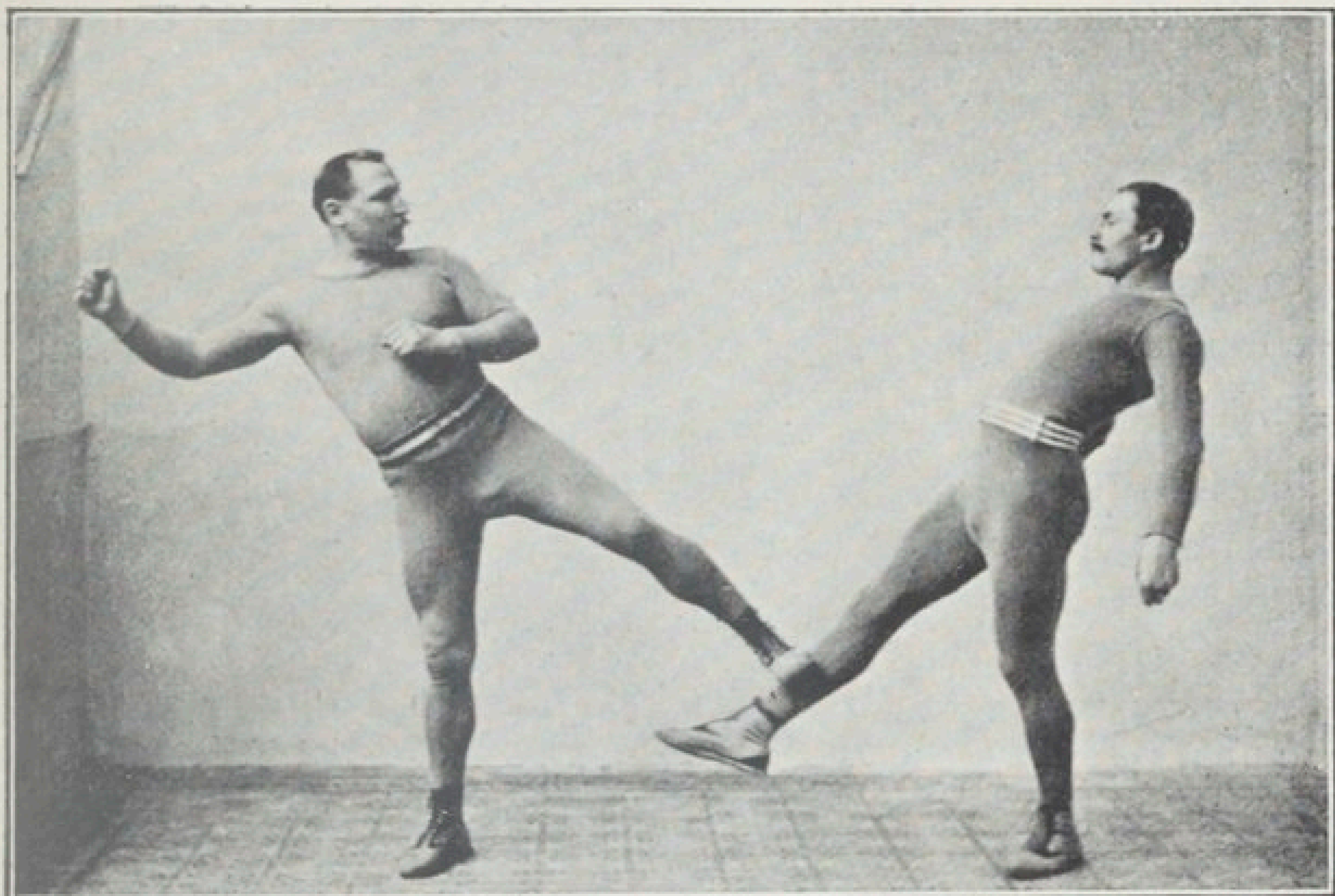


Fig. 33. — Coup d'arrêt sur l'attaque du coup de pied bas

Explication du troisième exercice

§ 139. — 1° Pour saisir la jambe droite de l'adversaire qui porte le coup de pied bas, il faut, en même temps qu'on porte le pied droit en arrière à 40 centimètres environ, passer la main gauche ouverte en dedans et sous la jambe près du pied, puis fermer la main et écarter la jambe vers la gauche en l'élevant. (Voir fig. 34 pour le ramassement.)

2° Pour échapper, la jambe étant ainsi prise, il suffit de faire un tour à gauche, en penchant fortement le corps en arrière, de reporter en même temps la jambe droite en arrière et de la replacer à sa première position. (Voir fig. 37 pour l'échappement.) — La main et le poignet les plus forts ne pourraient empêcher l'exécution de ce mouvement. La première des conditions pour ne pas se faire prendre la jambe, c'est de porter les coups de pied avec la plus grande vitesse et de retirer la jambe aussitôt le coup porté.

4e Exercice

Ramasser la jambe sur l'attaque du coup de pied bas avec riposte de coups de poing

§ 140. — Attaquez-moi d'un coup de pied bas; replacez-vous en garde; attaquez-moi d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, ramassez le coup de pied bas en saisissant la jambe de la main gauche, et portez deux coups de poing de figure en commençant du bras droit; coup de pied bas; esquivez la jambe et ripostez d'un coup de pied bas.

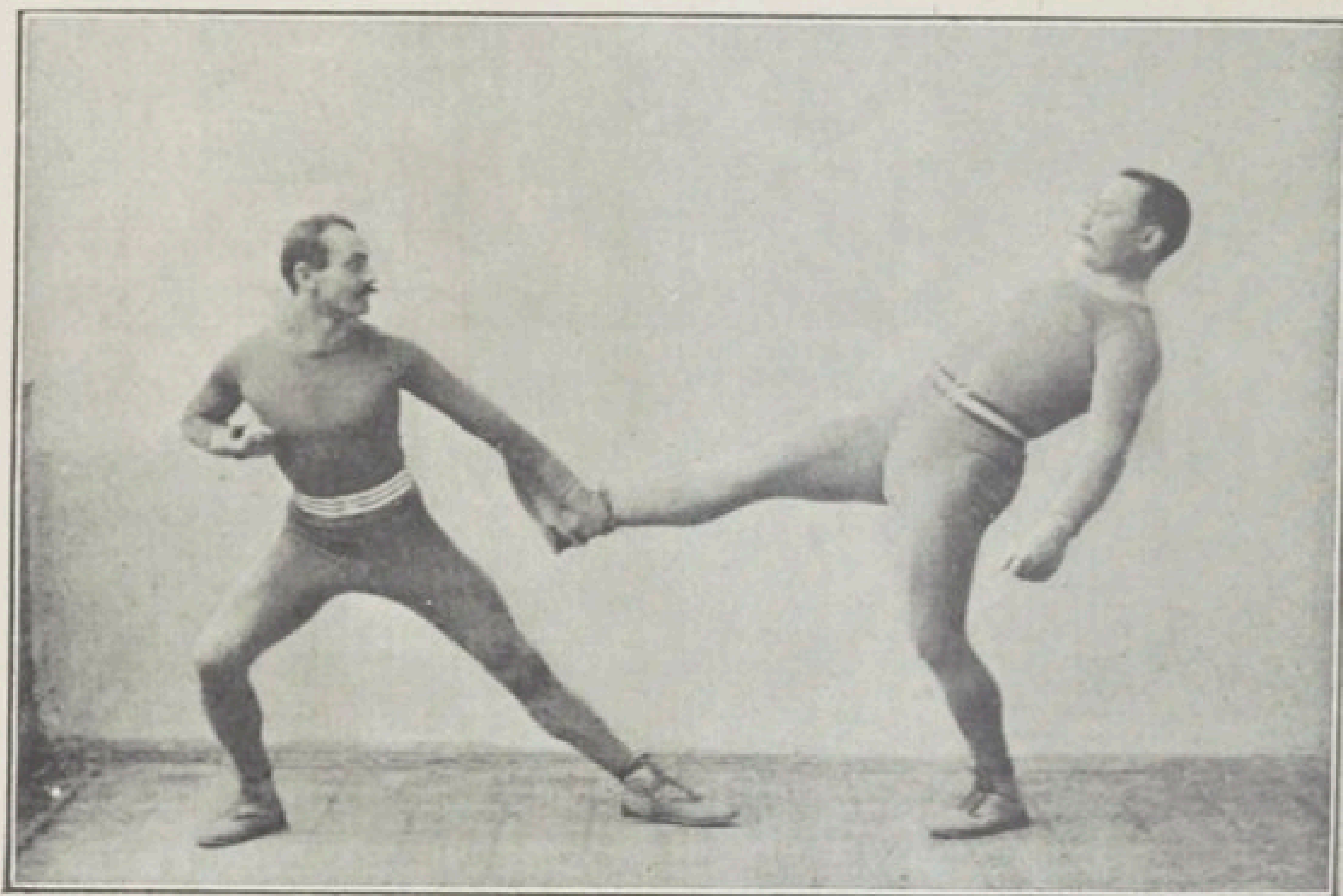


Fig. 34. — Ramasser la jambe sur l'attaque du coup de pied bas avec riposte de coups de poing

Explication du quatrième exercice

§ 141. — Cet exercice a pour but d'attirer à soi l'adversaire, de lui faire perdre l'équilibre, et d'en profiter pour l'attaquer au coup de poing et le faire tomber.

Pour saisir la jambe droite de l'adversaire qui porte le coup

de pied bas, il faut, en même temps qu'on porte le pied droit en arrière à 40 centimètres environ, passer la main gauche ouverte en dedans et sous la jambe près du pied, l'attirer à soi et la lâcher, puis porter les coups de poing et reprendre la position de la garde. (Voir fig. 34.)



FIG. 35.—Ramasser la jambe sur l'attaque du coup de pied bas, avec changement de garde en arrière et riposte du coup de pied bas

5e EXERCICE

Ramasser la jambe sur l'attaque du coup de pied bas avec changement de garde en arrière et riposte du coup de pied bas

§ 142. — Attàquez-moi d'un coup de pied bas; replacez-vous en garde ; attaquez-moi d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, ramassez le coup de pied bas en saisissant la jambe de la main gauche en dessous, et de la main droite en dessus; exécutez un changement de garde en arrière en élevant la jambe prise, le plus haut possible; en même temps, portez de la jambe gauche un coup de pied bas sur la jambe gauche de l'adversaire.

Explication du cinquième exercice

§ 143. — Le cinquième exercice a pour but de déterminer une chute.

Pour saisir la jambe droite qui porte le coup de pied bas, il faut passer la main gauche ouverte en dedans et sous la jambe, placer la main droite par dessus et en dehors ; les bras ainsi croisés autour de la jambe, on les élève le plus haut possible en même temps qu'on change de garde en arrière et qu'on porte avec la jambe gauche un coup de pied bas sur celle de l'adversaire. (Voir fig. 35.)

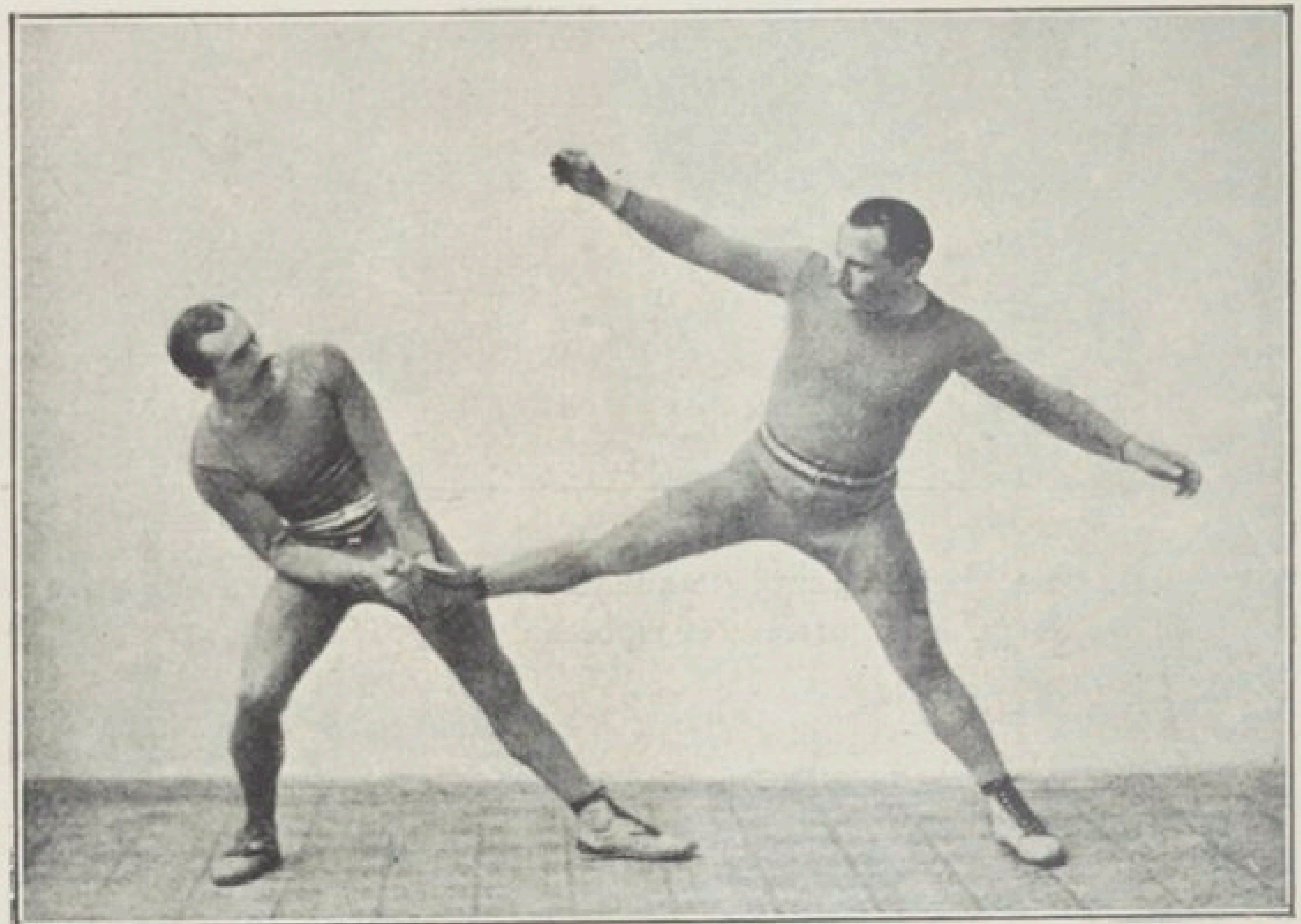


Fig. 36. — Ramasser la jambe sur l'attaque du coup de pied bas avec changements de garde obliques en arrière

6e Exercice

Ramasser la jambe sur l'attaque du coup de pied bas avec changements de garde obliques en arrière

§ 144. — Attaquez-moi d'un coup de pied bas ; replacez-vous en garde ; attaquez-moi d'un coup de pied bas ; à ma riposte de coup de pied bas, ramassez le coup de pied bas en saisissant la

jambe de la main gauche en dehors et en dessous, et de la main droite en dedans sur le cou-de-pied; en même temps, exécutez un changement de garde en arrière, puis un second en obliquant à droite, et tirez fortement la jambe.

Explication du sixième exercice

§ 145. — Cet exercice a pour but de déterminer une chute et de livrer votre adversaire à vos coups.

Pour saisir la jambe droite qui porte le coup de pied bas, il faut passer la main gauche ouverte en dehors et sous la jambe; en même temps, placer la main droite sur le cou-de-pied et serrer fortement. Aussitôt changer deux fois de garde en arrière en obliquant à droite au deuxième changement, et en tirant avec force de ce côté la jambe de l'adversaire. (Voir fig. 36.)

Tous ces mouvements doivent s'exécuter presque simultanément.

7e Exercice

Attaque, parade et riposte du coup de pied de flanc

§ 146. — Attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; replacez-vous en garde, attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; à ma riposte de coup de pied de flanc, parez et ripostez d'un coup de pied de flanc. (Voir fig. 15 et 16, 1re partie.)

8e Exercice

Échapper lorsque la jambe est prise en portant le coup de pied de flanc

§ 147. — Attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; replacez-vous en garde; attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; si je saisis la jambe, échappez; attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; à ma riposte de coup de pied de flanc, parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Explication du huitième exercice

§ 148. — 1° Pour saisir la jambe droite de l'adversaire qui porte le coup de pied de flanc, il faut passer la main gauche ouverte sous la jambe et près du pied, puis fermer la main et faire une opposition avec élévation vers la gauche.

2° Pour échapper, la jambe étant ainsi prise, il suffit de faire un tour à gauche en penchant fortement le corps en arrière, de

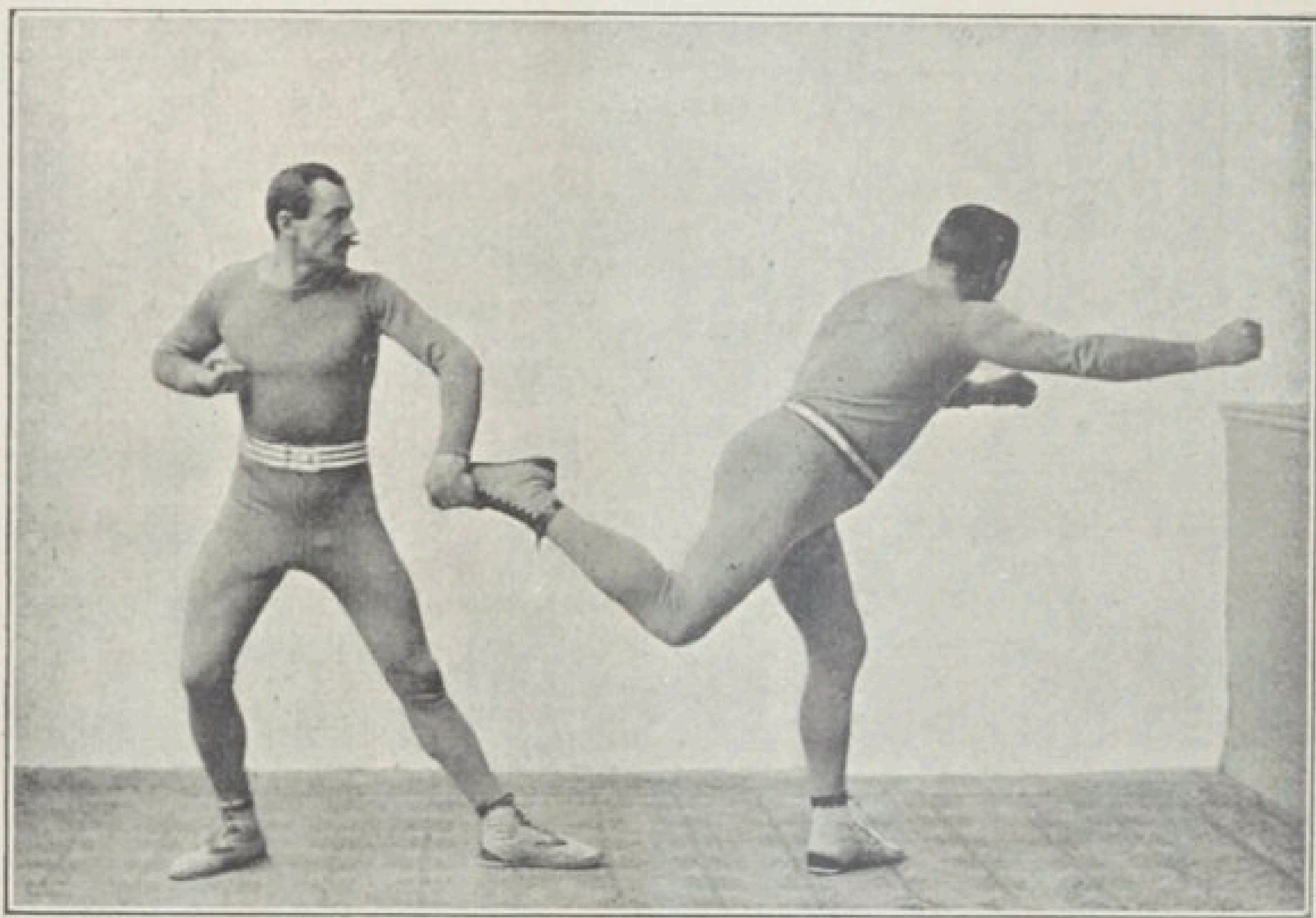


Fig. 37. — Échapper lorsque la jambe est prise

reporter en même temps la jambe droite en arrière et de la replacer à sa première position. (Voir fig. 37.)

La main et le poignet les plus forts ne pourraient empêcher l'exécution de ce mouvement.

OBSERVATIONS GÉNÉRALES POUR LA QUATRIÈME PARTIE

Dans la quatrième partie, à moins d'indication contraire, les attaques de coups de poing se font toujours en commençant du bras de derrière.

Néanmoins on peut les faire exécuter en commençant du bras de devant.

9e Exercice

Série de différents coups

§ 149. — Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, rompez ; attaquez-moi de deux coups de poing de figure ; parez et ripostez de deux coups de poing de figure ; rompez, coup de pied de flanc ; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Deux coups de poing de figure ; coup de pied bas ; deux coups de poing de figure ; coup de pied de flanc ; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Explication du neuvième exercice

§ 150. — Le neuvième exercice a pour but d'habituer l'élève à exécuter des séries de coups dans l'assaut ; ces coups successifs ont l'avantage, dans un combat, de jeter le trouble dans l'esprit de l'adversaire.

10e Exercice

Feinte d'un coup de pied bas, suivie d'un coup de pied de flanc sur la marche en avant de l'adversaire

§ 151. — Attaquez-moi de deux coups de poing de figure ; rompez, coup de pied de flanc ; rompez ; si j'avance, faites une feinte de coup de pied bas suivie d'un coup de pied de flanc.

Deux coups de poing de figure, coup de pied de flanc ; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Explication du dixième exercice

§ 152. — Cet exercice confirme le paragraphe des observations générales sur la quatrième partie, savoir qu'il faut avancer pour porter ses coups, et ensuite rompre pour se mettre hors de la portée de ceux de l'adversaire.

Cependant on ne peut employer généralement ce principe qu'autant que l'espace resté libre en arrière le permet.

Cet exercice a aussi pour but d'habituer l'élève à attaquer l'adversaire au moment où celui-ci se dispose à l'attaquer.

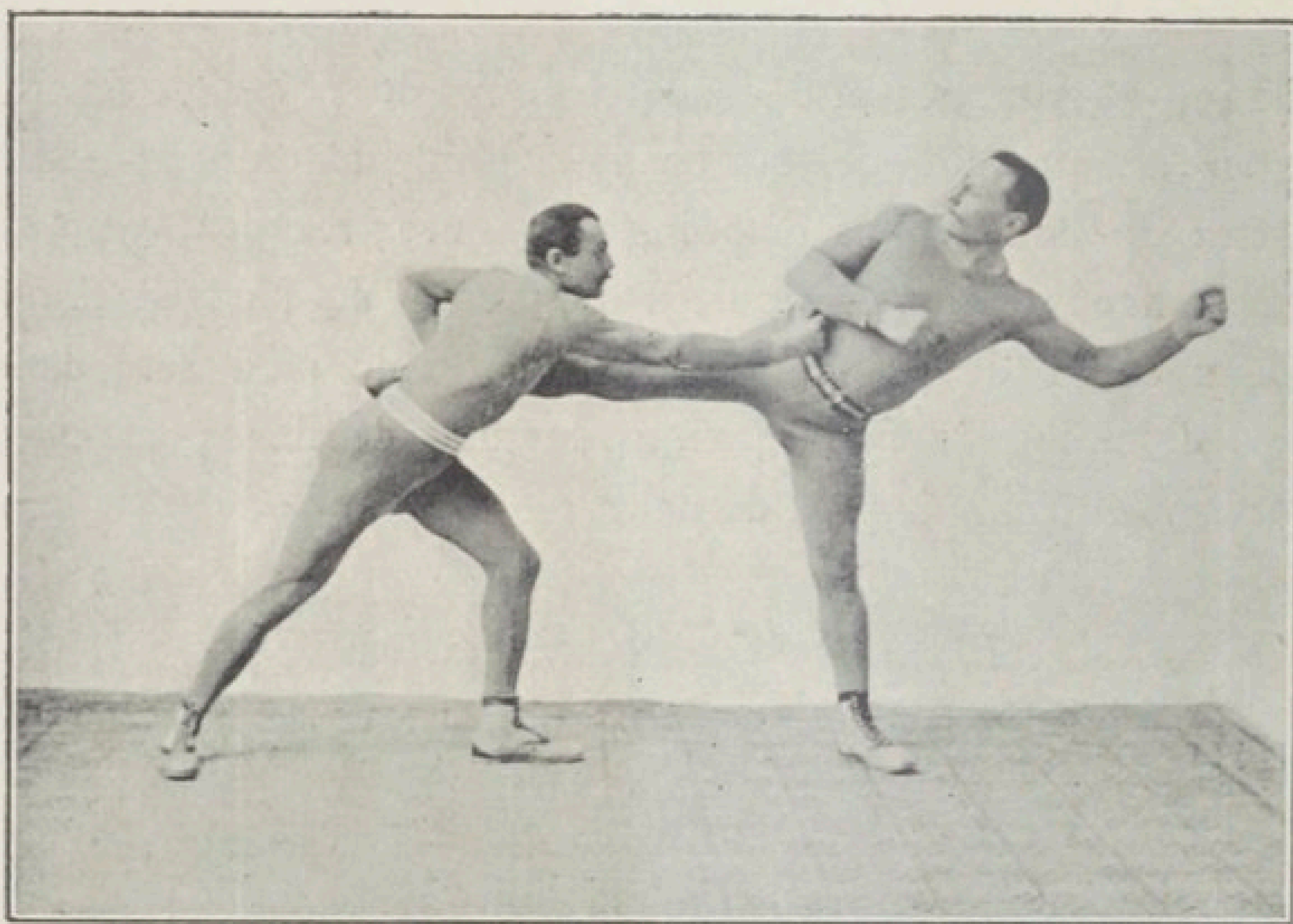


Fig. 38. — Ramasser le coup de pied de flanc avec riposte de coups de poing

11e Exercice

Ramasser le coup de pied de flanc avec riposte de coups de poing

§ 153. — Attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; replacez-vous en garde ; attaquez-moi d'un coup de pied de flanc ; à ma riposte de coup de pied de flanc, ramassez le coup de pied de flanc ; ripostez d'un coup de poing de figure du même bras qui ramasse, et d'un coup de poing de flanc de l'autre bras ; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Explication du onzième exercice

§ 154. — Cet exercice a le même but que le quatrième. Pour saisir la jambe droite de l'adversaire qui porte le coup de pied

de flanc, il faut passer la main gauche ouverte en dedans et sous la jambe, près du pied, et l'attirer à soi ; ensuite la lâcher et porter un coup de poing de figure du bras gauche et un coup de poing de flanc du bras droit. (Voir fig. 38.)

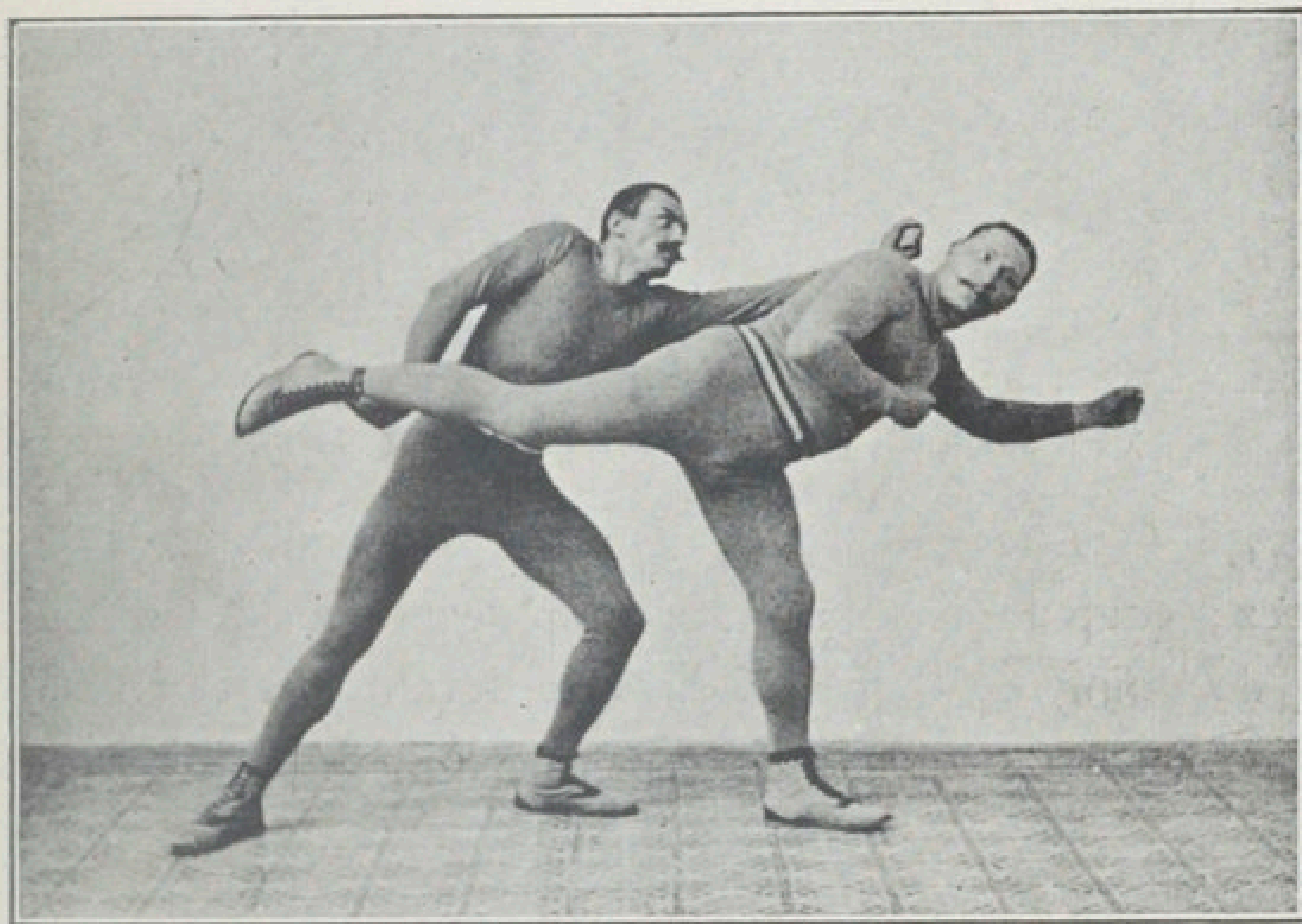


Fig. 39. — Parade prise en dehors avec riposte de coups de poing

12e Exercice

Parade prise en dehors avec riposte de coups de poing

§ 155. — Attaquez-moi d'un coup de pied de flanc ; replacez-vous en garde ; attaquez-moi d'un coup de pied de flanc ; à ma riposte de coup de pied de flanc, parez en dehors de la main droite pour faire tourner ; ripostez d'un coup de poing de figure du bras qui pare en dehors et d'un coup de poing de flanc de l'autre bras ; coup de pied de flanc ; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc. (Voir fig. 39.)

Explication du douzième exercice

§ 156. — Pour exécuter la parade en dehors, il faut rapprocher le pied de devant du pied de derrière, pencher le haut du corps en arrière pour éviter le coup ; passer la main droite par dessus et derrière la jambe droite de l'adversaire qui frappe, puis

chasser la jambe en donnant une forte impulsion de gauche à droite; ensuite avancer la jambe gauche d'un grand pas en avant et porter un coup de poing de figure du bras droit, suivi d'un coup de poing de flanc du bras gauche.

Cet exercice, comme les précédents, facilite les séries de coups de poing, au moment où l'adversaire, chancelant et inoffensif, présente l'arrière du corps. (Voir fig. 39.)

13e Exercice

Feinte d'un coup de poing de figure suivi d'un chassé-croisé en sautant, avec riposte du même coup

§ 157. — Attaquez-moi de deux coups de poing de figure; rompez; coup de pied de flanc; coup de pied bas, feinte d'un coup de poing de figure du bras de devant, chassé-croisé en sautant; deux coups de poing de figure; coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, esquivez la jambe et chassé-croisé en sautant; deux coups de poing de figure; coup de pied de flanc; à ma riposte de coup de pied de flanc, chassé-croisé en sautant; deux coups de poing de figure; coup de pied de flanc; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Explication du treizième exercice

§ 158. — Cet exercice indique que l'attaque doit presque toujours être précédée d'une ou plusieurs feintes. Ainsi le coup de pied de flanc, le coup de pied bas et la feinte du coup de poing de figure du bras de devant ont pour but d'amener l'adversaire à provoquer la riposte du coup de pied chassé-croisé.

Cette riposte, bien et vivement exécutée, obtient un plein succès.

14e Exercice

Feinte d'un coup de poing de figure suivie d'un coup de pied en tournant sur place, avec riposte du même coup

§ 159. — Attaquez-moi de deux coups de poing de figure; rompez; coup de pied de flanc; coup de pied bas; feinte d'un

coup de poing de figure du bras de devant ; coup de pied en tournant sur place ; deux coups de poing de figure ; coup de pied de flanc ; à ma riposte de coup de pied de flanc, parez et ripostez d'un coup de pied en tournant sur place ; deux coups de poing de figure ; coup de pied de flanc ; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Explication du quatorzième exercice

§ 160. — Cet exercice indique que l'attaque doit presque toujours être précédée d'une ou plusieurs feintes. Ainsi le coup de pied de flanc, le coup de pied bas et la feinte du coup de poing de figure du bras de devant, ont pour but d'amener l'adversaire à provoquer la riposte du coup de pied en tournant sur place.

Cette riposte, bien et vivement exécutée, obtient un plein succès.

15e Exercice

Volter en avant pour attaquer l'adversaire sur sa droite ou sur sa gauche

§ 161. — Attaquez-moi de deux coups de poing de figure ; parez et ripostez de deux coups de poing de figure ; coup de pied de flanc ; replacez-vous en garde ; coup de pied de flanc dans le vide en voltant en avant et à gauche ; coup de pied de flanc, parez et ripostez d'un coup de pied de flanc ; deux coups de poing de figure ; parez et ripostez de deux coups de poing de figure ; coup de pied de flanc ; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Explication du quinzième exercice

§ 162. — Cet exercice a pour but d'apprendre à l'élève à se jeter sur le côté de l'adversaire et à le surprendre en fausse garde, ce qui contrarie la parade du coup de pied de flanc.

Si, en portant le coup de pied de flanc, on frappe dans le vide (ayant manqué le corps), il faut : porter vivement le pied

droit sur le côté droit de l'adversaire, tourner à gauche en pivotant sur le talon du pied droit, et porter aussitôt le pied gauche en avant du pied droit de manière à être placé garde à gauche, face au côté droit de l'adversaire. On porte alors le coup de pied de flanc en le dirigeant au creux de l'estomac.

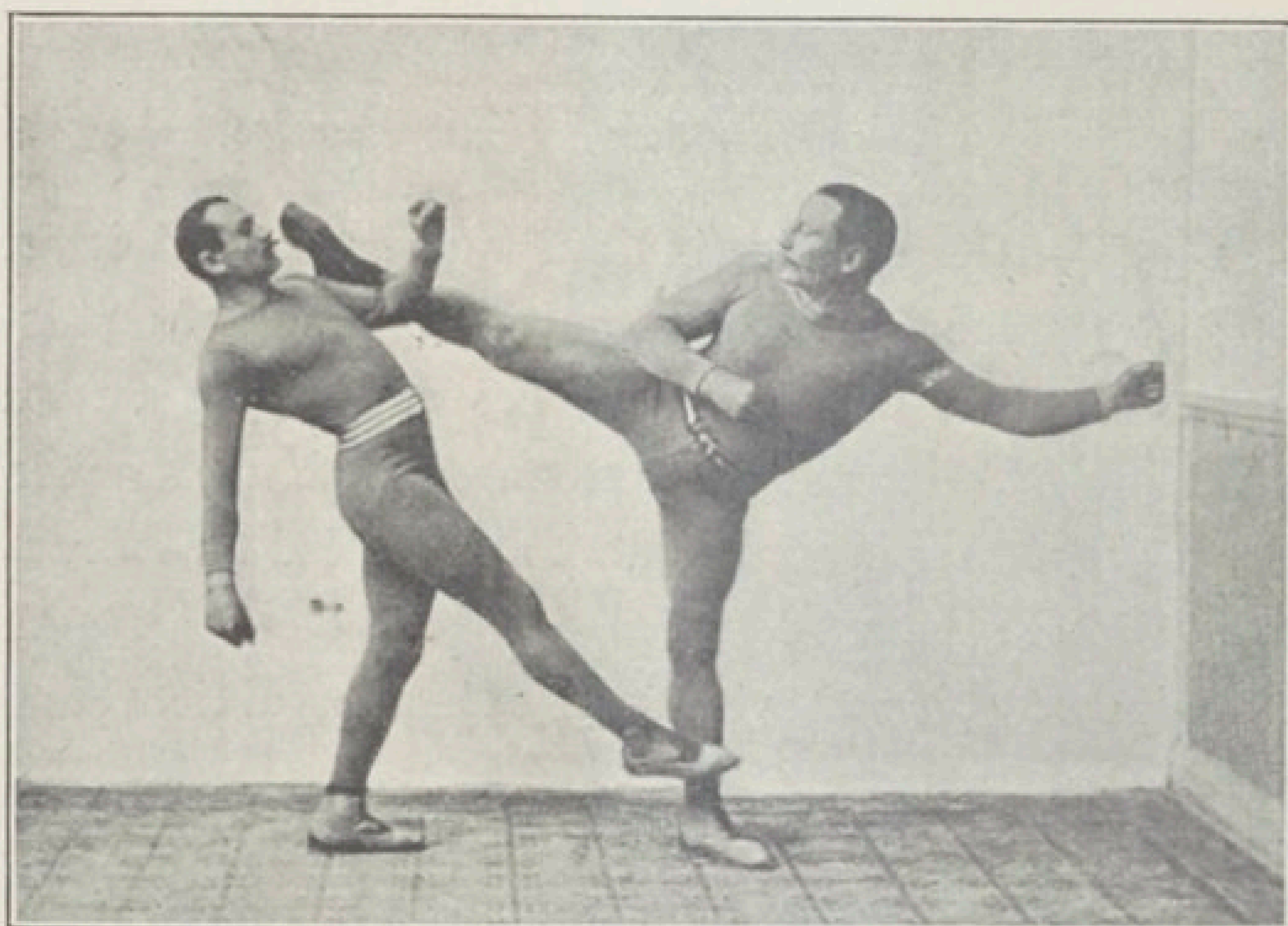


Fig. 40. — Riposte de coup de pied bas, après parade du coup de pied de figure.

16e Exercice

Riposte de coup de pied bas, après parade du coup de pied de figure

§ 163. — Attaquez-moi de deux coups de poing de figure; rompez. Attaquez-moi d'un coup de poing de figure du bras gauche et d'un coup de poing de figure horizontal du bras droit; coup de pied de flanc; à ma riposte de coup de pied de figure, parez la figure et ripostez d'un coup de pied bas; coup de pied de flanc; à ma riposte de coup de pied bas, coup d'arrêt haut de la pointe du pied au creux de l'estomac; deux coups de poing de figure; parez et ripostez d'un coup de poing de figure du bras gauche et d'un coup de poing de flanc horizontal du bras droit. (Voir fig. 40.)

Voir les observations générales sur les ripostes, § 182.

17e Exercice

Feinte arrondie, suivie d'un revers de pied et d'un coup de pied de figure

§ 164. — Attaquez-moi de deux coups de poing de figure ; rompez ; attaquez-moi de deux coups de poing de figure ; parez



Fig. 41. — Feinte arrondie (1er mouvement)

et ripostez de deux coups de poing de figure ; coup de pied de flanc ; doublez le coup de pied de flanc ; feinte arrondie par le coup de pied bas ; revers de pied ; coup de pied de figure ; deux coups de poing de figure ; parez et ripostez de deux coups de poing de figure.

Explication du dix-septième exercice

§ 165. — Le revers de pied préparé par la feinte arrondie consiste en ceci : après avoir porté le coup de pied bas, il faut faire face à gauche, de manière à ce que le corps et les bras soient placés dans la position du coup de pied de flanc ; en même

temps faire passer la jambe droite devant la jambe gauche, en dépassant celle-ci et en la croisant. (Voir fig. 41.)

Dans cette position, exécuter le revers de pied, en lançant aussitôt la jambe droite, souple, en avant, en fauchant de bas en haut et en la reployant de manière à faire fouetter le pied à plat sur le côté droit du visage. (Voir fig. 42.)

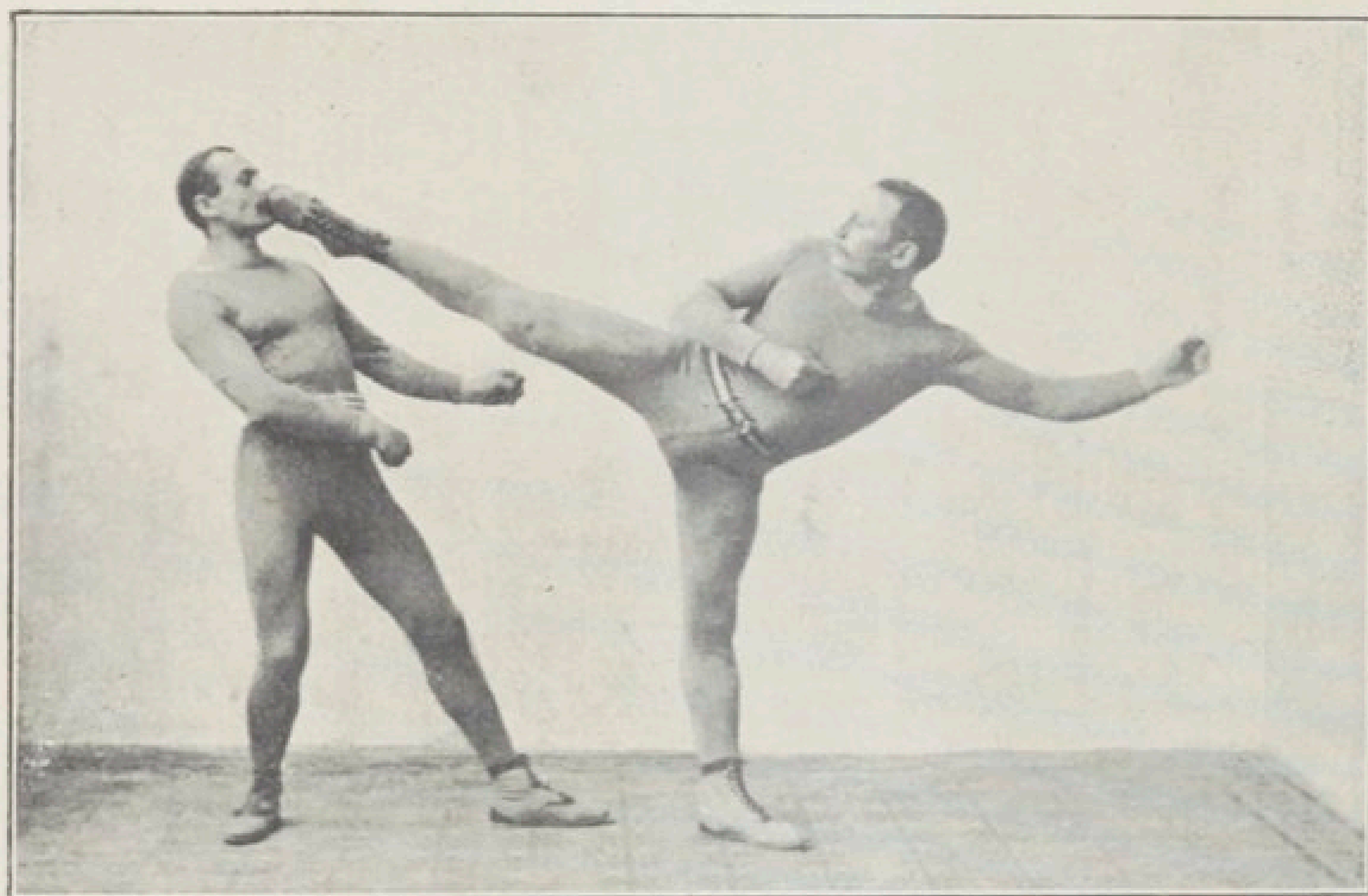


FIG. 42. — Feinte arrondie (2e mouvement)

Puis, sans reposer le pied à terre, doubler le revers de pied d'un coup de pied de figure, comme il est prescrit dans la première partie. (§ 55 et fig. 19.)

Dans la septième partie, nous expliquerons les différentes manières d'exécuter le revers de pied, et nous exposerons ses avantages.

18e EXERCICE

Manière de se défendre contre un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains

§ 166. — Attaquez-moi d'un coup de poing de figure du bras droit; parez; ripostez d'un coup de poing de flanc du bras droit; coup de pied de flanc; à ma riposte de coup de pied de flanc, coup de pied bas; coup de pied de flanc; si la jambe est prise à

deux mains, raccourcissez-la avec force et portez deux coups de poing de figure en commençant par le bras droit. (Voir fig. 43.)

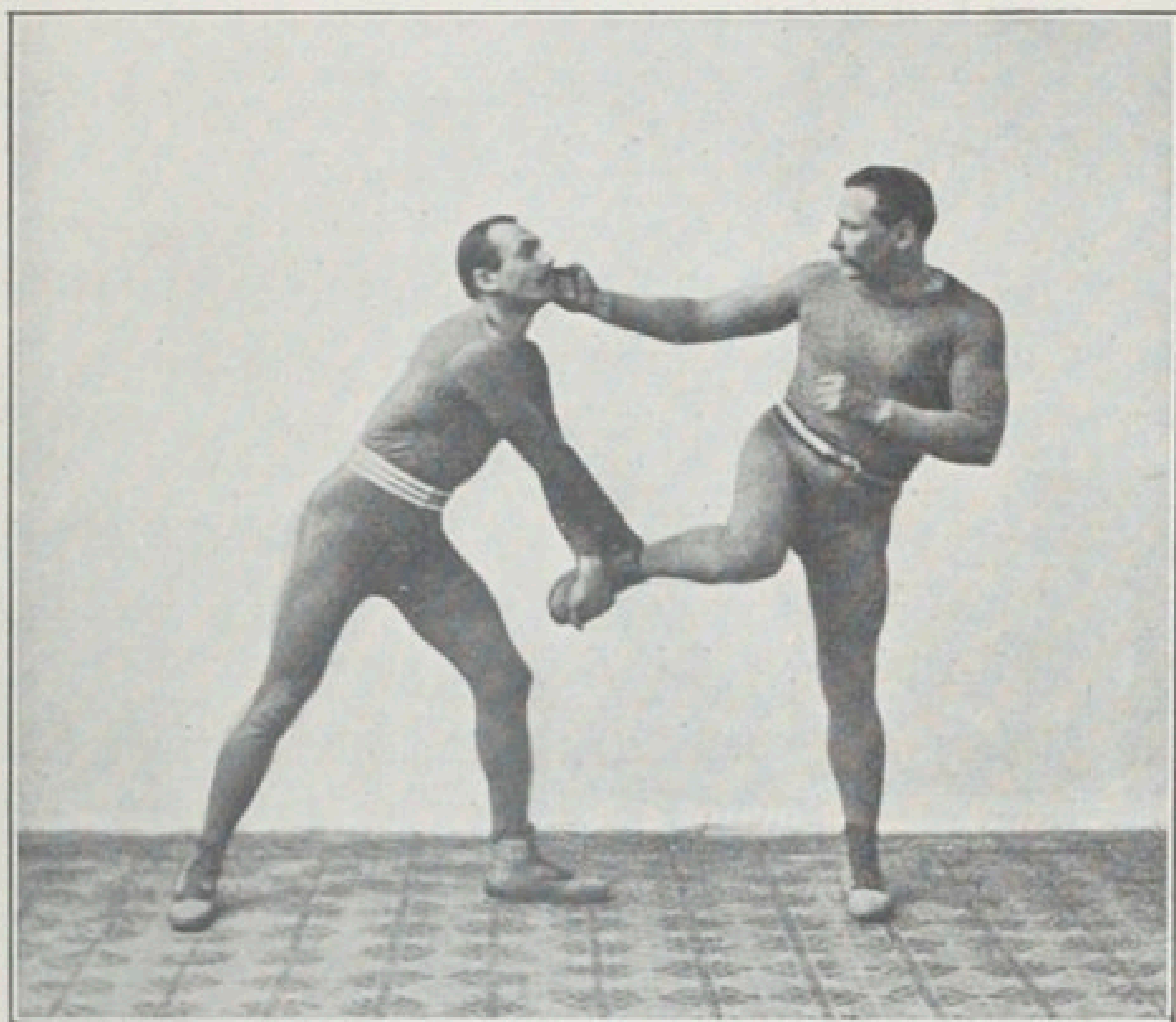


FIG. 43. — Manière de se défendre contre un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains (1er mouvement)

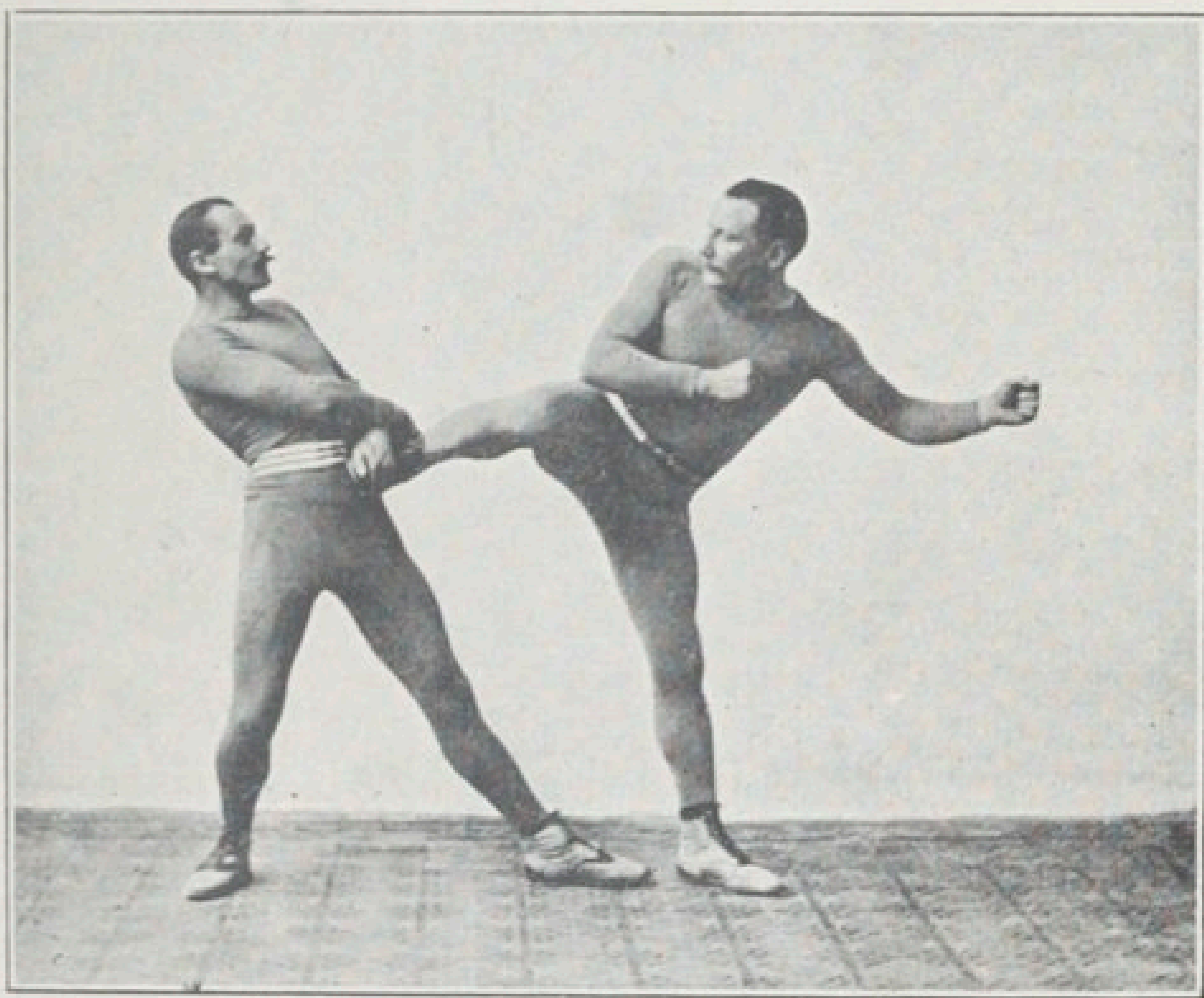


FIG. 44. — Manière de se défendre contre un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains (2e mouvement)

Replacez-vous en garde; coup de pied de flanc. Si la jambe est prise à deux mains, il faut la raccourcir et la détendre vigou-

reusement en avant; replacez-vous en garde; deux coups de poing de figure; coup de pied de flanc; parez et ripostez d'un coup de pied de flanc. (Voir fig. 44.)

Explication du dix-huitième exercice

§ 167. — Cet exercice a pour but de se débarrasser d'un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains. Si, après avoir porté plusieurs coups de poing, il ne lâche pas cette jambe, il faut la raccourcir le plus possible et aussitôt la détendre vigoureusement en avant pour le frapper au creux de l'estomac avec le dessous du talon. (Voir fig. 44.)

On peut employer ce dernier moyen, sans avoir recours aux coups de poing. Ce coup, exécuté vivement, réussit toujours.

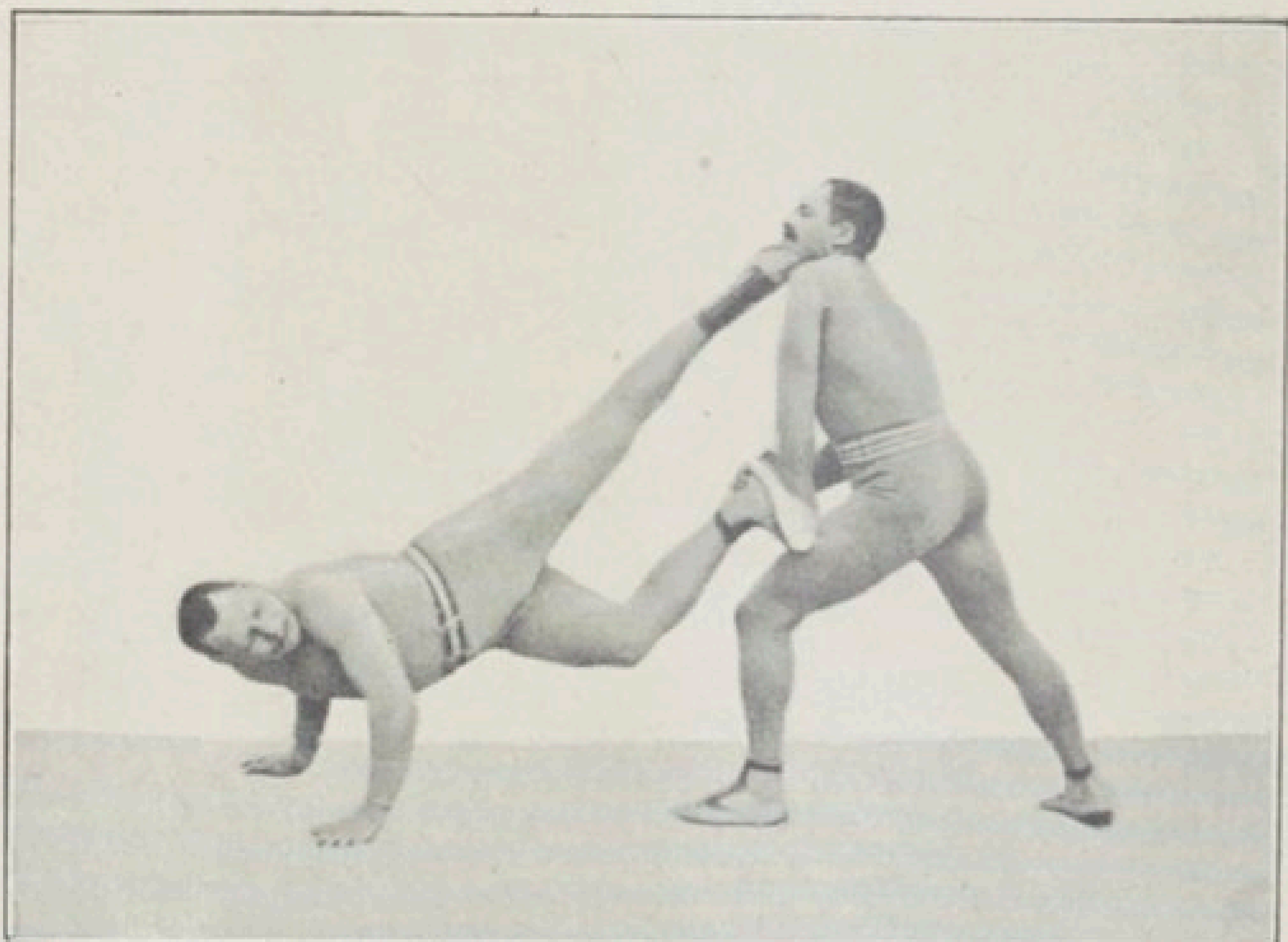


Fig. 45. — Poser les mains à terre pour se défendre contre un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains (1er mouvement)

19e Exercice

Poser les mains à terre pour se défendre contre un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains

§ 168. — Trois mouvements. — *Premier mouvement :* Attaquez-moi d'un coup de poing de figure du bras droit; à ma ri-

poste de coup de poing de figure du bras droit, parez et ripostez d'un coup de poing de flanc du bras droit. Coup de pied de flanc; à ma riposte de coup de pied de flanc, coup de pied bas; coup de pied de flanc; si la jambe est prise à deux mains, posez les mains à terre, puis raccourcissez la jambe prise et exécutez un revers de pied porté du talon, suivi d'un coup de pied de figure avec la jambe restée libre. (Voir fig. 45.)

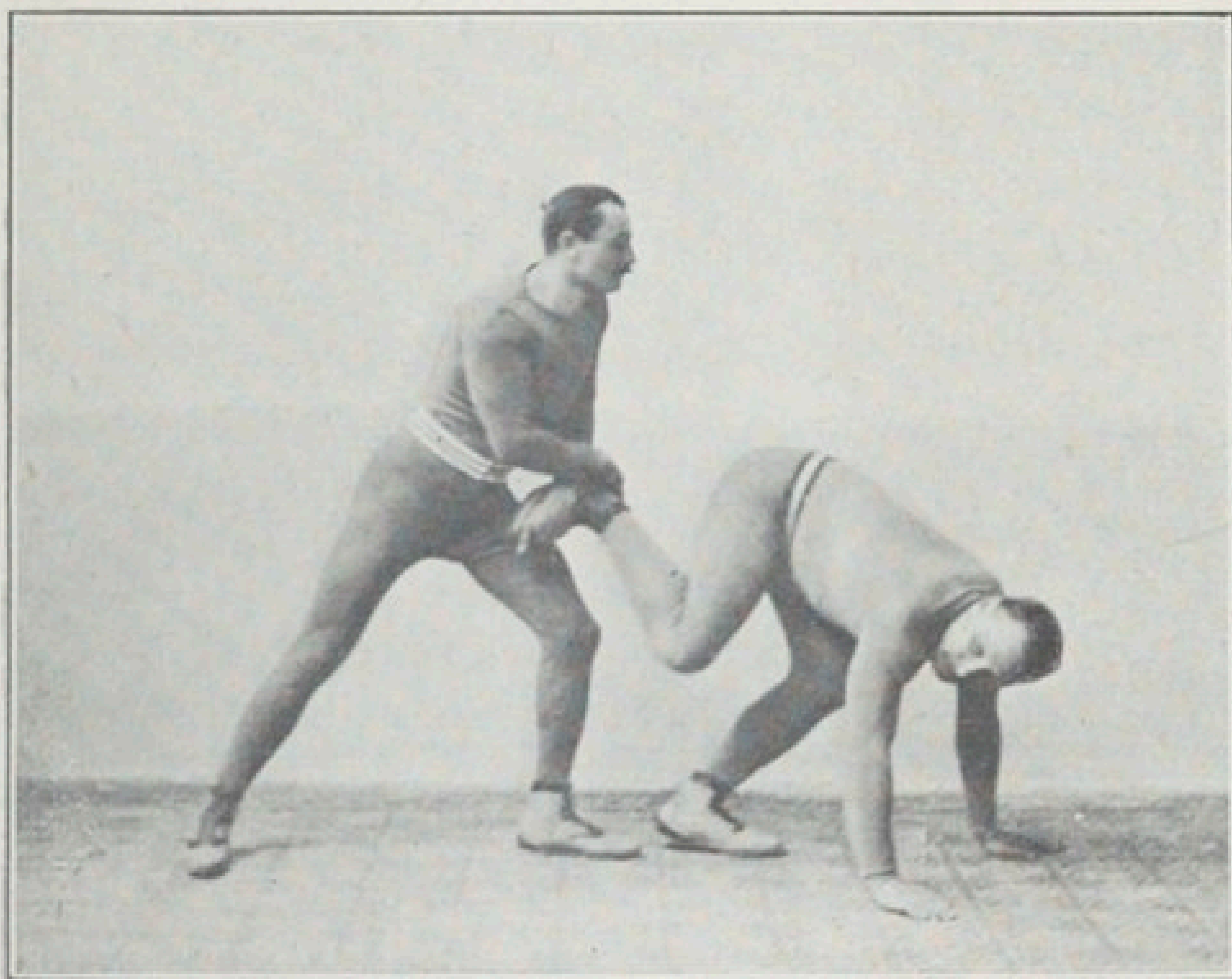


Fig. 46. — Poser les mains à terre pour se défendre contre un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains (2e mouvement)

Replacez-vous en garde. *Deuxième mouvement :* Attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; si la jambe est prise à deux mains, posez les mains à terre, puis raccourcissez la jambe prise et détendez-la vigoureusement en avant pour frapper l'adversaire au creux de l'estomac. (Voir fig. 46.)

Replacez-vous en garde. *Troisième mouvement :* Attaquez-moi d'un coup de pied de flanc; si la jambe est prise à deux mains, posez les mains à terre, puis raccourcissez la jambe prise et portez un coup de pied de la jambe restée libre, le pied en travers, sur celle de l'adversaire, placée en avant. (Voir fig. 47.)

Replacez-vous en garde. Changez de garde en arrière, faites

une feinte d'un coup de pied bas de la jambe gauche et portez un coup de pied de flanc de la jambe droite, parez et ripostez d'un coup de pied de flanc.

Observation. — Il faut avoir bien soin de raccourcir la jambe prise, de manière à rapprocher la distance qui vous sépare de l'adversaire en l'attirant à soi.

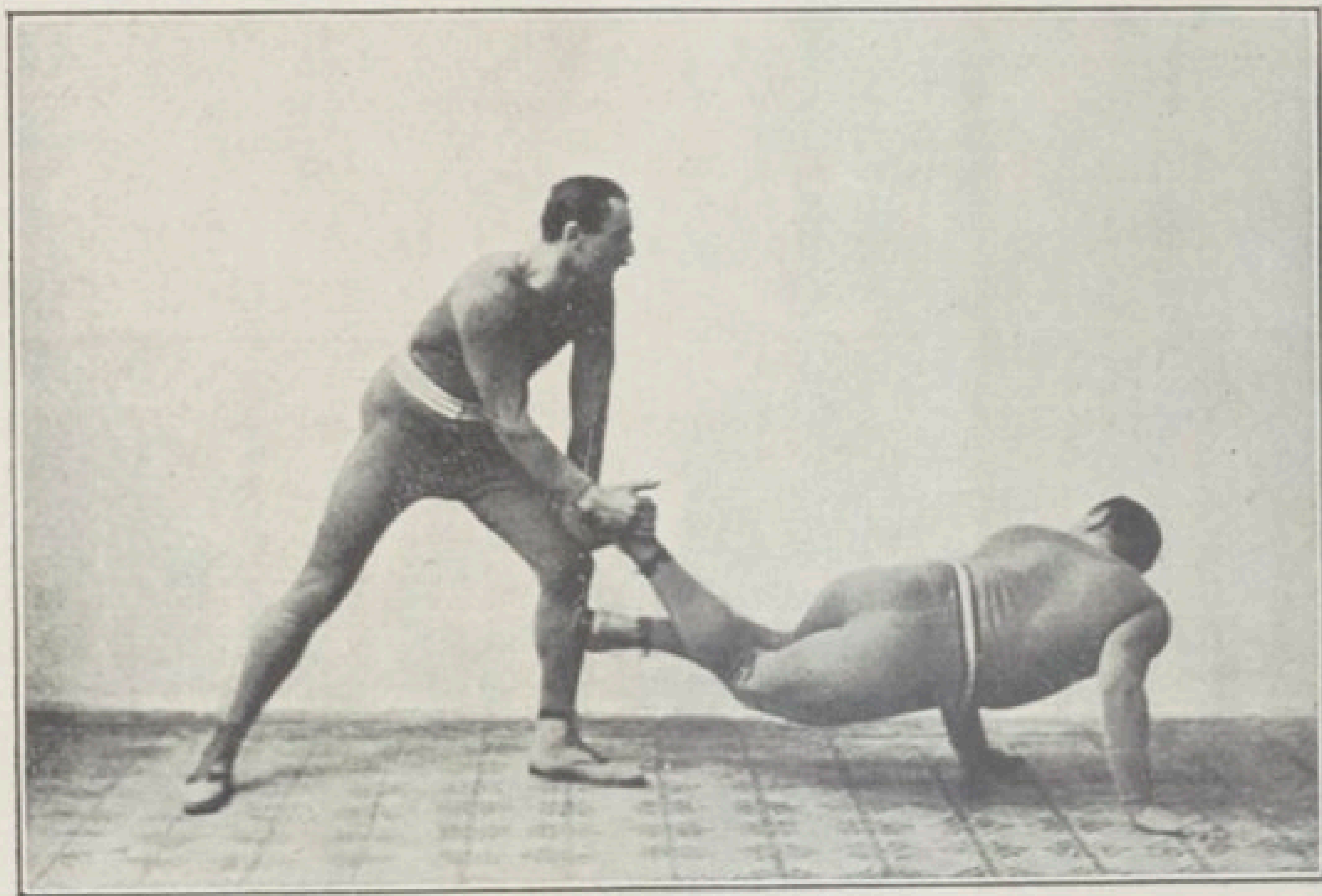


Fig. 47. — Poser les mains à terre pour se défendre contre un adversaire qui vous a saisi la jambe avec les deux mains (3e mouvement)

Explication du dix-neuvième exercice

§ 169. — Dans les cas extrêmes seulement, on a recours aux exercices suivants (fig. 45, 46 et 47) ; bien exécutés, vivement et régulièrement, ils réussissent toujours. Nous engageons donc nos élèves à les étudier souvent, et à ne s'en servir qu'à propos.

Par l'enseignement de ces différents exercices de prise de jambe, et de mains à terre, classés dans notre théorie, nous voulons démontrer qu'on n'est pas dépourvu de ressources lorsque la jambe est prise, et qu'on peut encore se défendre ; croire le contraire serait une erreur.

Nous le répétons, c'est une question d'agilité pratique.

EXERCICES DE LUTTE PARISIENNE

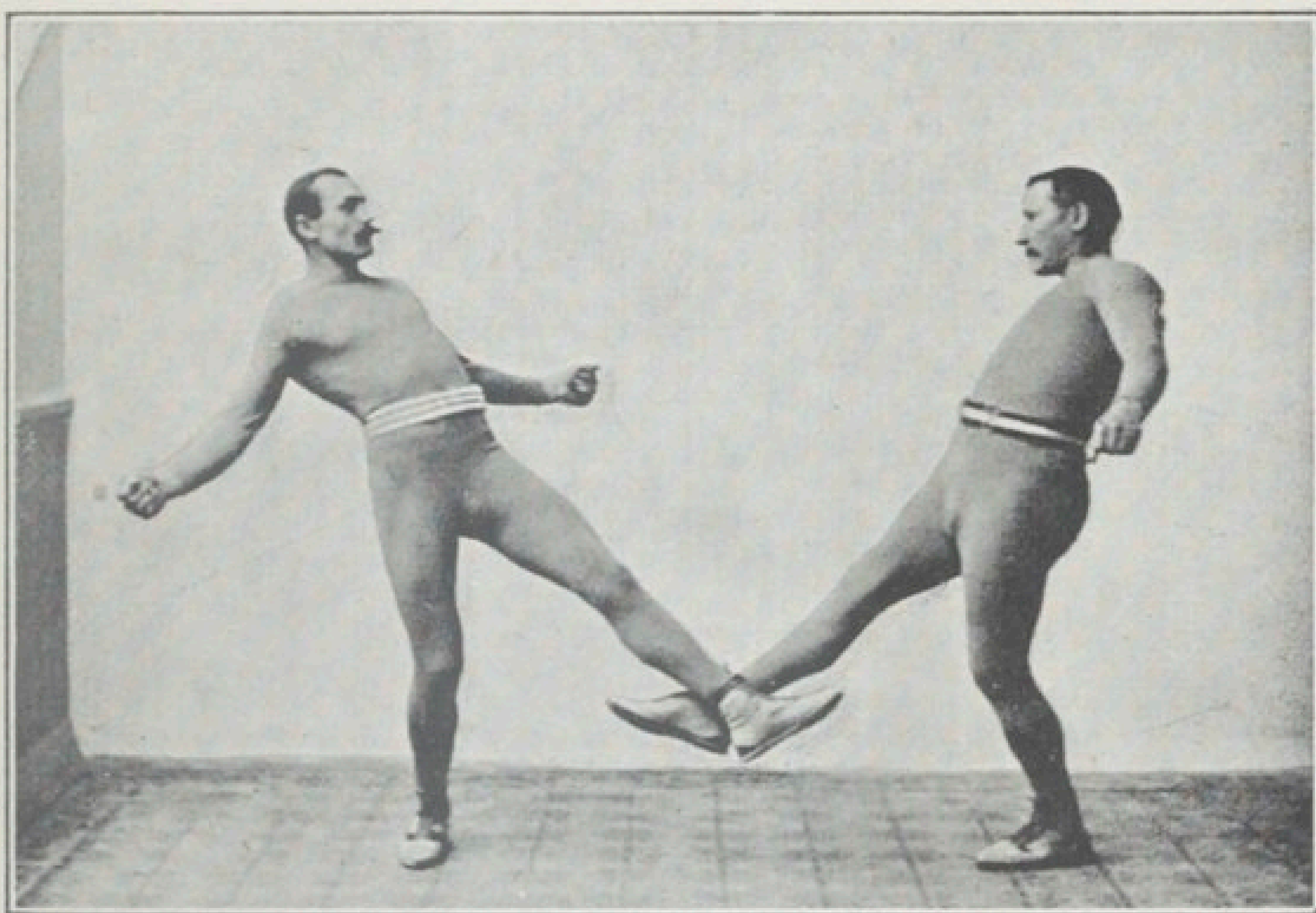


FIG. 48. — Passer la jambe à l'adversaire pour le faire tomber (1er mouvement)

20e EXERCICE

Passer la jambe à l'adversaire pour le faire tomber

§ 170. — Un adversaire peut être renversé avec la plus grande facilité, s'il a les jambes trop écartées, ou le poids du corps porté sur la jambe de devant. Il suffit de lui porter un coup de pied bas en fauchant en dehors et derrière la jambe de devant, c'est-à-dire en portant le coup de droite à gauche au-dessus du pied. (Voir fig. 48.)

21e EXERCICE

Passer la jambe et porter un coup de poing à l'adversaire pour le faire tomber

§ 171. — *Premier mouvement :* Par un petit bond en avant,

croiser la jambe droite derrière et en avant de la jambe gauche, porter aussitôt le pied gauche derrière la jambe gauche de l'adversaire, en l'attirant à soi ; en même temps porter un vigoureux coup de poing de figure ou de flanc, et la chute est certaine. (Voir fig. 49.)

On peut aussi l'exécuter sur l'attaque du coup de poing de figure en marchant.

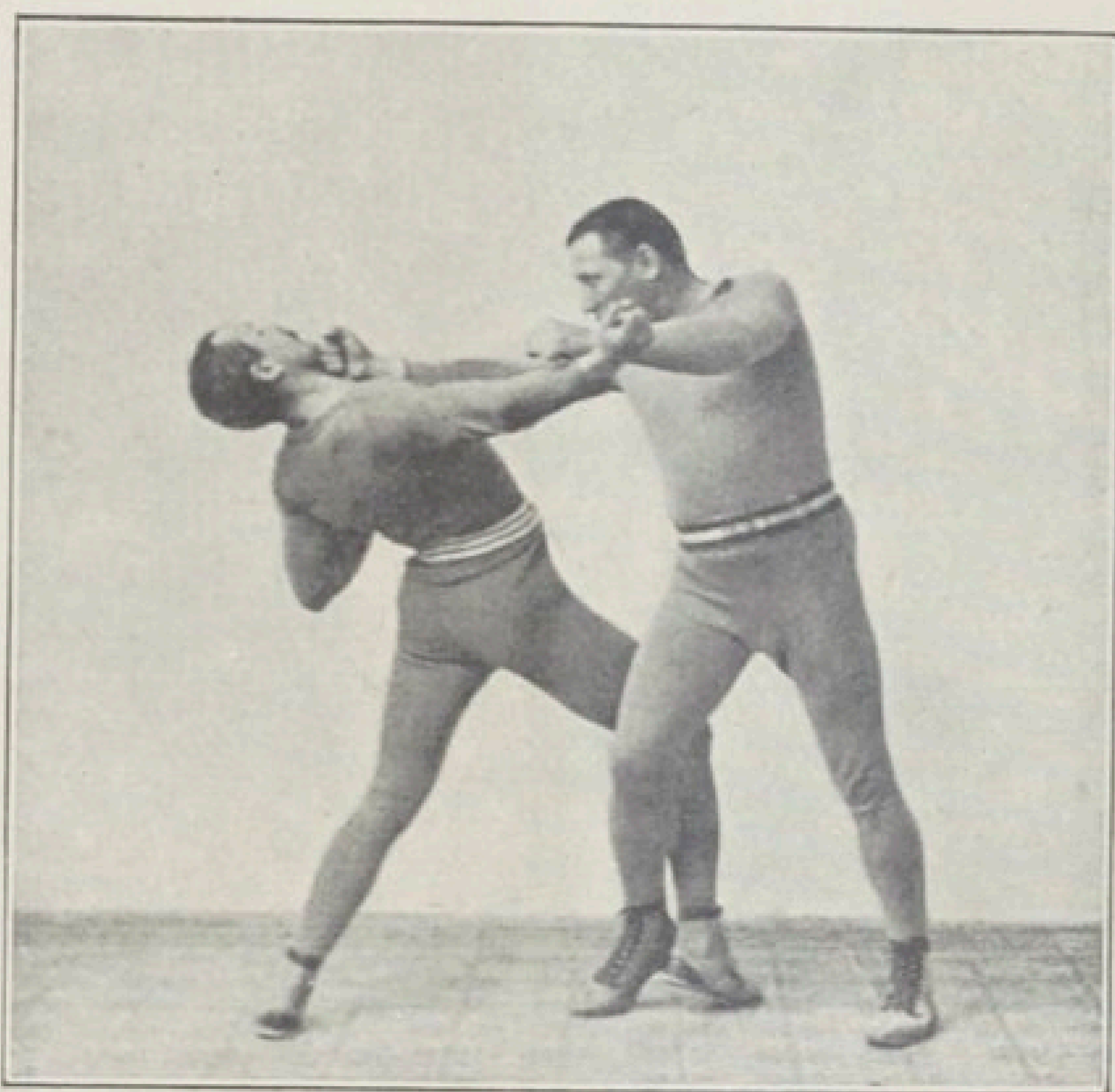


Fig. 49. — Passer la jambe et porter un coup de poing à l'adversaire pour le faire tomber (2e et 3e mouvements)

Deuxième mouvement : Au moment où l'adversaire porte son coup de poing de figure du bras droit en marchant, il suffit de le parer du bras gauche, et en même temps passer la jambe droite derrière celle de l'adversaire, en la faisant passer par devant, puis faire une traction avec la jambe sur celle de l'adversaire pour l'attirer à soi, et en même temps riposter d'un coup de poing de figure du bras droit.

Troisième mouvement : Le même exercice peut encore s'exécuter sur les changements de garde en avant.

22e Exercice

Prise de jambe sur un adversaire mal placé dans la boxe anglaise

§ 172. — Dans la boxe anglaise, particulièrement, il y a des tireurs qui, pour éviter l'attaque de l'adversaire, penchent le

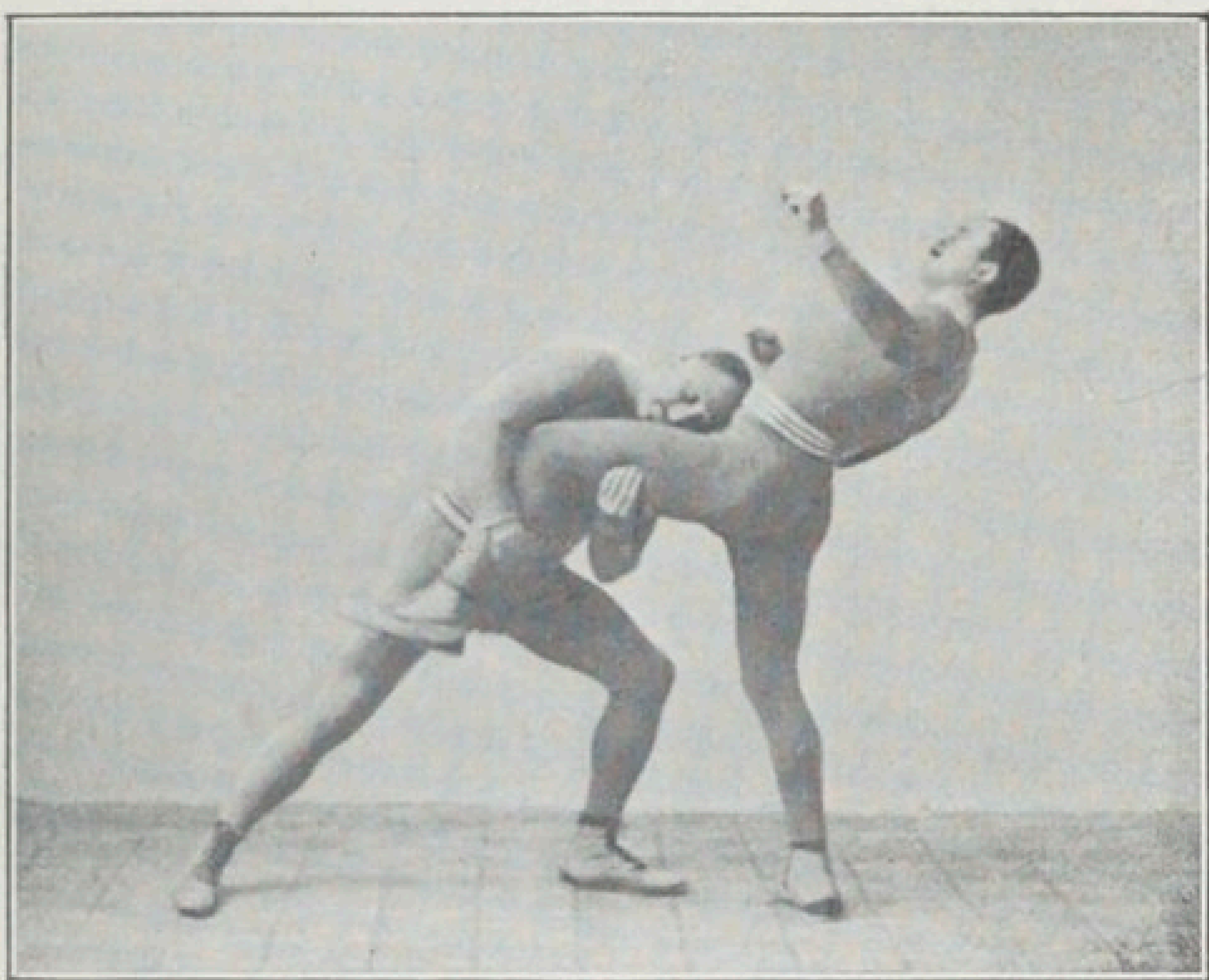


Fig. 50. — Prise de jambe sur un adversaire mal placé dans la boxe anglaise

corps en arrière avec exagération, de sorte que la jambe de devant ne pose plus à terre et se trouve élevée ; il suffit de passer un bras sous cette jambe, de l'élever le plus possible, et en même temps de porter un coup de poing de figure ou de flanc avec l'autre bras, pour renverser l'adversaire.

On peut aussi employer le coup de tête en remplacement du coup de poing, mais il faut saisir la jambe avec les deux bras à hauteur de la cuisse. (Voir fig. 50.)

Ce coup, les anciens le nommaient le coup de cuisse.

23e Exercice

Prise de jambe sur le coup de pied direct

§ 173. — Il est très facile de saisir la jambe qui porte le coup de pied direct, d'autant plus que les personnes inexpérimentées ne portent que ce coup et l'exécutent très mal.

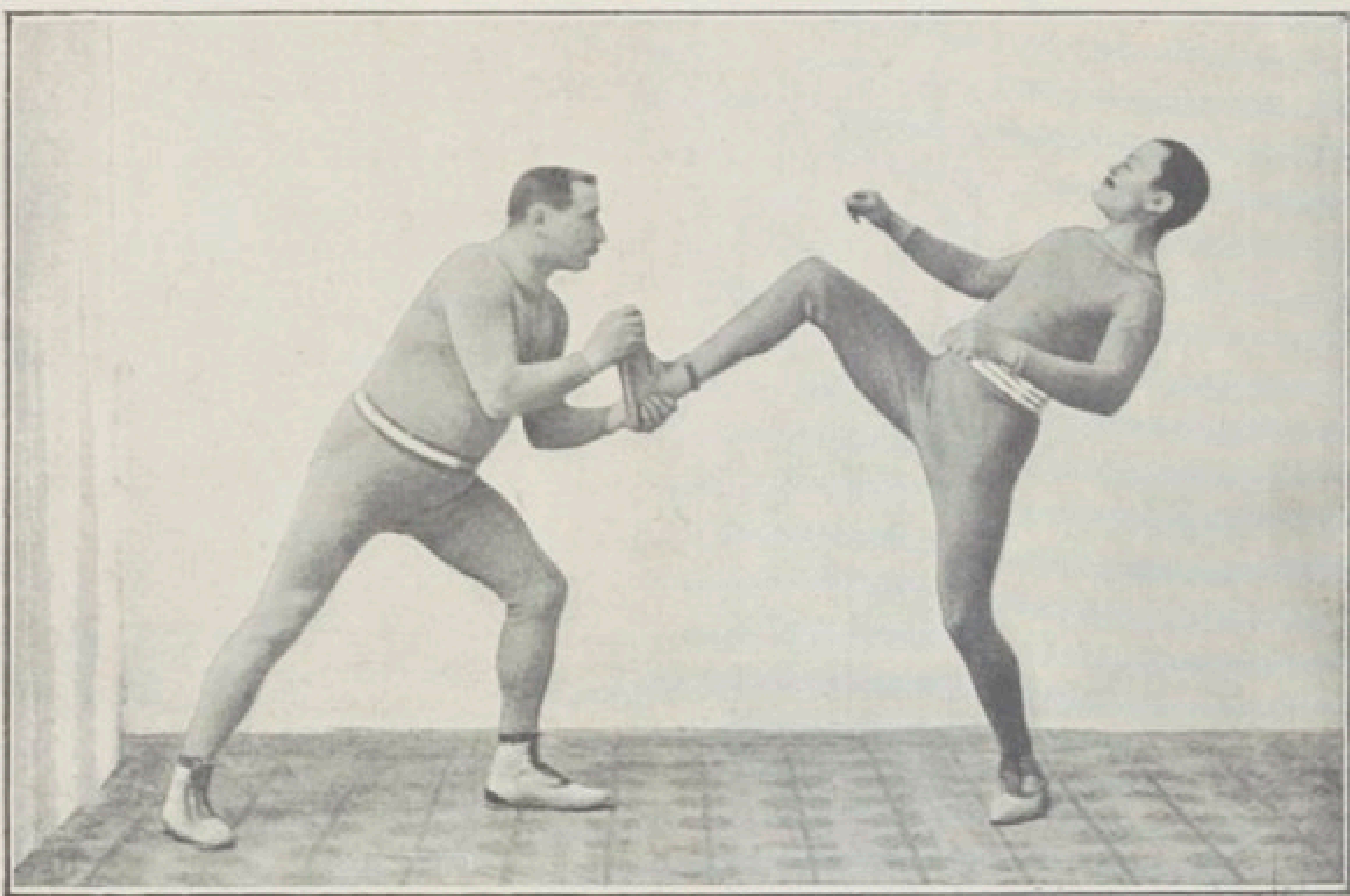


Fig. 51. — Prise de jambe sur le coup de pied direct

Lorsque l'adversaire porte le coup de pied direct, il faut changer de garde en arrière et en même temps passer la main gauche sous le talon, la main droite sur le cou-de-pied, puis tirer vigoureusement la jambe et la repousser en l'élevant fortement et en exécutant un changement de garde en avant. (Voir fig. 51.)

Ce coup est des plus faciles à exécuter.

Observation. — La main droite placée sur le cou-de-pied pour saisir la jambe, a aussi comme double but d'empêcher le coup de pied de monter à la figure.

Si l'adversaire voulait poser les mains à terre pour frapper avec l'autre jambe, il suffirait de maintenir avec force la jambe prise dans la position indiquée ci-dessus.

24e Exercice

Renversement sur le changement de garde en avant

Observation.—Les adversaires sont placés en fausse garde. L'adversaire qui exécute le changement de garde en avant, est placé garde à droite et celui qui exécute le renversement, garde à gauche.

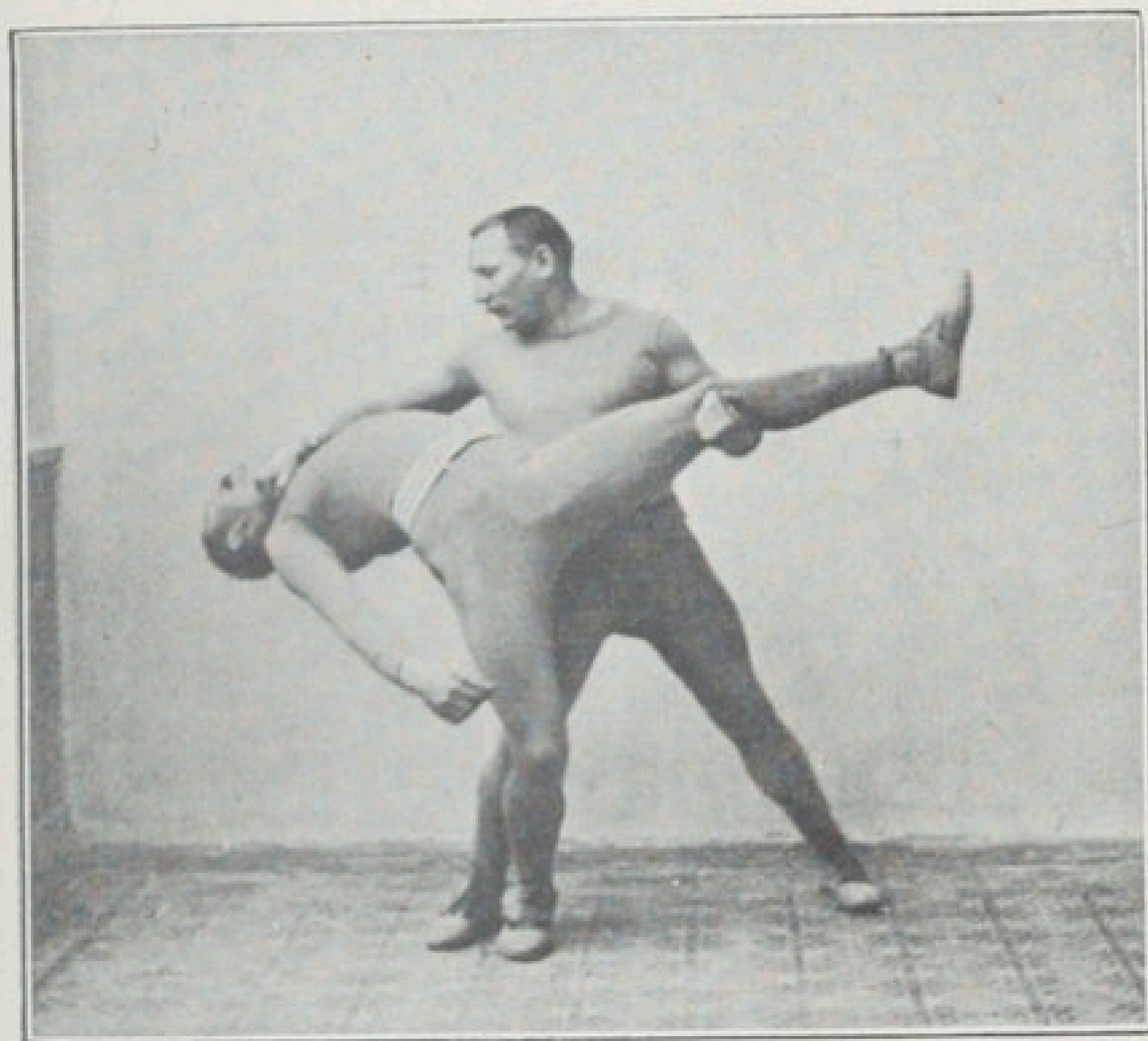


Fig. 52. — Renversement sur le changement de garde en avant

§ 174. — Pour l'exécuter, il faut porter le pied gauche en dehors et derrière le pied gauche de l'adversaire, au moment où il le porte en avant pour changer de garde.

Ensuite porter le pied droit derrière son pied droit; en même temps, passer le bras gauche jusqu'à la saignée, sous la jambe gauche de l'adversaire à hauteur du jarret, le bras droit ployé en équerre, l'avant-bras placé sous le menton, le genou droit placé contre le jarret droit. Après, lever la jambe le plus possible avec le bras gauche, appuyer l'avant-bras droit sur le cou, et en même temps appuyer le genou droit sur le jarret.

Ces trois mouvements, exécutés simultanément, sont com-

binés de manière à ce que l'homme le plus fort ne puisse pas résister à cette attaque imprévue et éviter la chute.

Nous nous résumons : Le bras gauche enlève la jambe gauche de l'adversaire, le bras droit appuie sur le cou, renverse le corps en arrière ; le genou droit appuie sur le jarret droit et complète le mouvement de bascule en faisant fléchir la jambe, ce qui ôte à l'adversaire tout moyen de résistance. (Voir fig. 52.)



Fig. 53. — Enfourchement sur les coups de pied de figure

25e Exercice

Enfourchement sur les coups de pied de figure

§ 175. — Si l'adversaire attaque d'un coup de pied de figure, il faut parer en exécutant avec la main droite, la parade du coup de pied de poitrine (voir § 52, fig. 18), en même temps passer le bras gauche jusqu'à la saignée sous la jambe droite et à hauteur du jarret; passer la jambe droite en dedans et derrière la jambe gauche de l'adversaire, le bras droit ployé en équerre, l'avant-bras placé sous le menton ; ensuite élever la jambe le plus possible avec le bras gauche ; appuyer sur le cou avec

l'avant-bras droit; faire une traction de la jambe droite sur celle de l'adversaire, pour l'attirer à soi. (Voir fig. 53.)

Ces mouvements, exécutés vivement et simultanément, ont un succès certain et déterminent la chute.

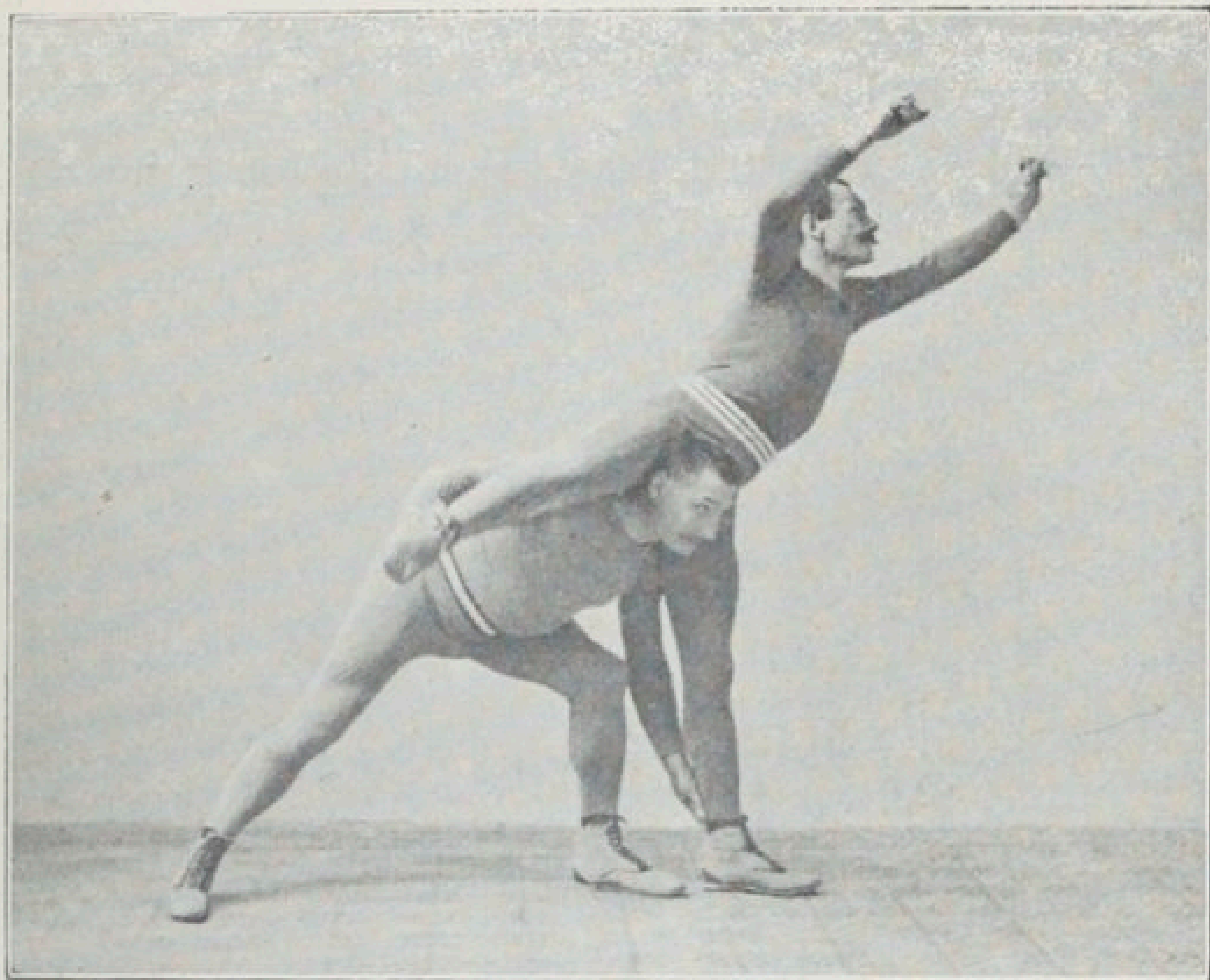


Fig. 54. — Enfourchement par la tête

26e Exercice

Enfourchement par la tête

§ 176. — Sur une attaque, si l'adversaire riposte d'un coup de pied en tournant haut, il faut se rapprocher vivement de lui, en baissant la tête et la passer entre ses deux jambes, de manière qu'il soit placé à cheval sur le cou, en même temps saisir la jambe droite près du pied avec la main droite, et la jambe gauche avec la main gauche, puis se redresser violemment de toute sa hauteur en élevant les bras au-dessus et de chaque côté de la tête, en les écartant; tous ces mouvements s'exécutent simultanément.

Ce coup se termine en lâchant les jambes de l'adversaire et en le lançant en arrière. (Voir fig. 54.)

L'adversaire pourrait faire manquer ce coup en partie, en ser-

rant la tête avec les jambes, si l'on n'avait pas soin de les écarter fortement avec les mains.

27e Exercice

Coup de hanche en tête à droite

§ 177. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure

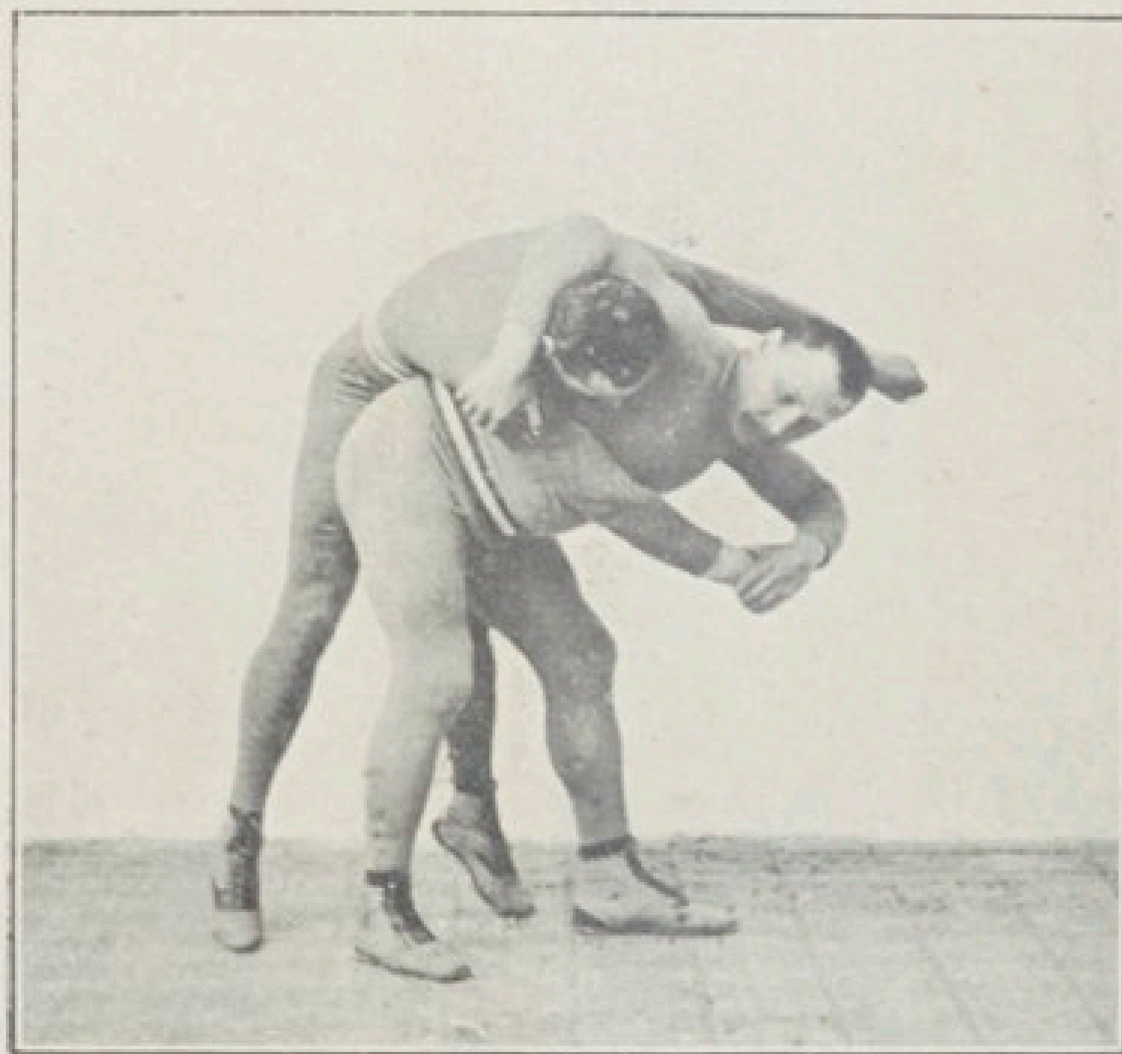


Fig. 55. — Coup de hanche en tête à droite

du bras droit, parez du bras gauche et saisissez son bras droit à hauteur du poignet avec la main gauche ; passez le bras droit derrière le cou pour l'enlacer ; en même temps tournez le dos face à l'adversaire et passez la jambe droite devant la jambe gauche en posant le pied à 25 ou 30 centimètres environ à droite et en avant de son pied droit ; aussitôt penchez fortement le haut du corps en avant, en avançant la hanche droite en tournant vers la gauche ; puis faites une forte traction du bras droit et du bras gauche pour déterminer la chute. (Voir fig. 55.)

Observation. — Il est bien entendu que les exercices de lutte parisienne sont également expliqués pour la garde à gauche et qu'on peut les exécuter dans la garde à droite. Il n'y a qu'à se

servir des mots : droit pour gauche, et des mots : gauche pour droit.

28e Exercice

Coup de hanche en ceinture à gauche

§ 178. — Attaquez votre adversaire d'un coup de poing de figure du bras droit en marchant ; s'il pare du bras gauche et

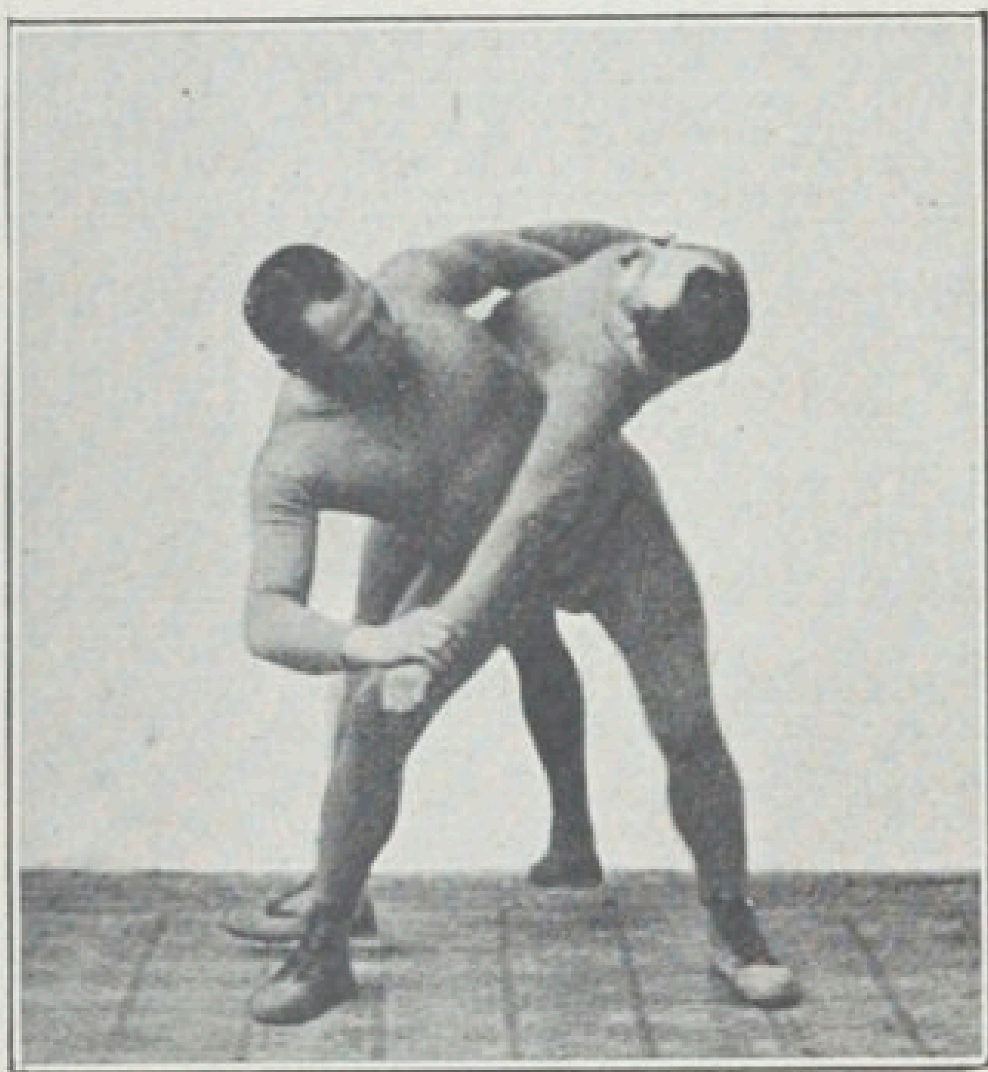


Fig. 56. — Coup de hanche en ceinture à gauche

riposte du bras droit, parez du bras gauche, saisissez son bras gauche à hauteur du poignet avec votre main droite ; en même temps passez votre bras gauche autour de son corps, à hauteur de la ceinture ; passez votre jambe gauche en avant de votre jambe droite, en la plaçant à gauche et en arrière de la jambe gauche de votre adversaire; ensuite penchez fortement le haut du corps en avant, en avançant la hanche gauche, en tournant vers la droite, puis faites une forte traction du bras droit et du bras gauche pour déterminer la chute. (Voir fig. 56.)

Dans la position indiquée pour porter ce coup, les deux adversaires sont placés dos à dos.

29e Exercice

Coup de hanche en ceinture à droite, paré par le coup de hanche en tête à gauche

§ 179. — Attaquez votre adversaire d'un coup de poing de figure du bras droit, en marchant. S'il pare du bras gauche et riposte du bras droit, parez du bras gauche. S'il porte le coup de hanche en tête à gauche, avec le bras gauche, parez-le en portant immédiatement le coup de hanche en ceinture à droite.

Pour exécuter cette parade et porter ce coup, lorsque l'adversaire est placé dans la position prescrite dans le vingt-septième exercice ; pour porter le coup de hanche en tête à gauche, il faut passer votre bras droit autour de son corps, à hauteur de la ceinture ; en même temps passez la jambe droite en avant de la jambe droite de l'adversaire et prenez la position prescrite pour le coup de hanche en ceinture à droite, indiqué dans le vingt-huitième exercice, puis portez le coup.

Observation. — Les coups de hanche en tête et en ceinture à droite et à gauche peuvent aussi s'exécuter en posant les genoux à terre : le genou droit pour le coup de hanche à droite, et le genou gauche pour le coup de hanche à gauche.

30e Exercice

Coup de hanche en tête à droite paré, riposte du coup de ceinture en arrière, parade du même coup par la feinte du double temps de bras roulé, riposte du tour de tête.

§ 180. — Attaquez l'adversaire d'un coup de poing de figure du bras droit en marchant ; replacez-vous en garde ; attaquez de deux coups de poing de figure en marchant, replacez-vous en garde. Si l'adversaire riposte d'un coup de poing de figure du bras droit en marchant, parez-le du bras gauche ; portez le coup de hanche en tête à droite ; si l'adversaire échappe en baissant la tête, et veut porter le coup de ceinture en arrière, parez-le par une feinte d'un double temps de bras roulé et ripostez d'un tour de tête.

Pour parer ce coup, l'adversaire échappera en baissant vivement la tête et vous saisira immédiatement à bras-le-corps en arrière, avec ses deux bras à hauteur de la ceinture. (C'est le coup de ceinture.)

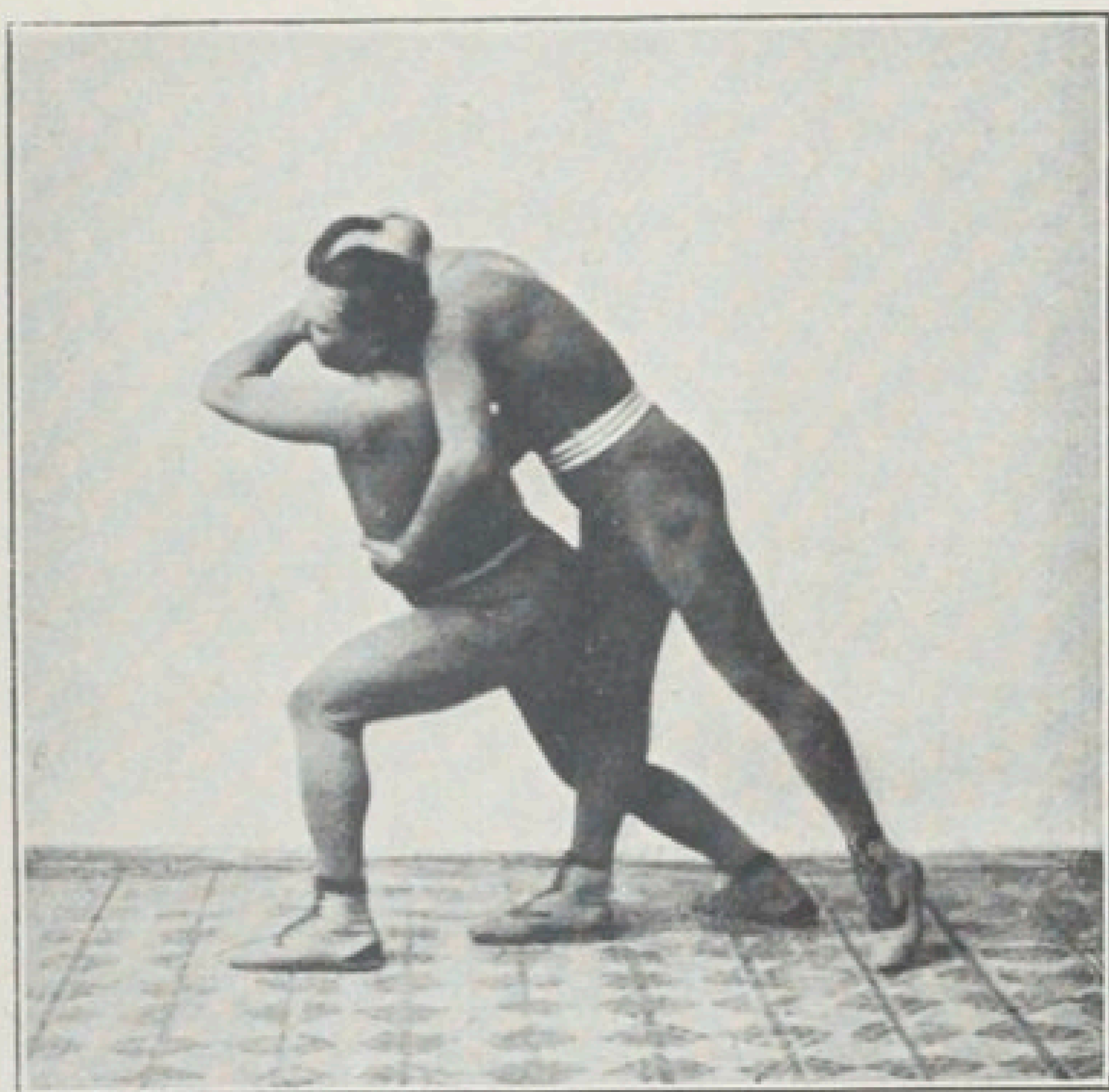


FIG. 57. — Coup de hanche en tête à droite paré, riposte du coup de ceinture en arrière, parade du même coup par la feinte du double temps de bras roulé, riposte du tour de tête.

Pour parer le coup de ceinture en arrière, il faut faire une feinte d'un double temps de bras roulé, c'est-à-dire maintenir les bras de l'adversaire en les saisissant aux poignets avec les mains, en les serrant près du corps avec les avant-bras et les coudes, en même temps faire un semblant d'effort avec les bras, et aussitôt fléchir la jambe gauche en portant la jambe droite en arrière, entre celles de l'adversaire, et passer en même temps les deux mains au-dessus de votre épaule droite, de chaque côté et derrière la tête de l'adversaire, de manière qu'elles soient croisées sur son cou, puis exécuter le mouvement de bascule en fléchissant vivement le corps en avant et en faisant une vigoureuse traction des deux bras ensemble dans la même direction (en avant). (Voir fig. 57.)

Ces deux derniers mouvements doivent s'exécuter simultanément et vigoureusement.

On peut aussi exécuter le tour de tête en posant le genou droit à terre, dans la garde à gauche, et le genou gauche dans la garde à droite.

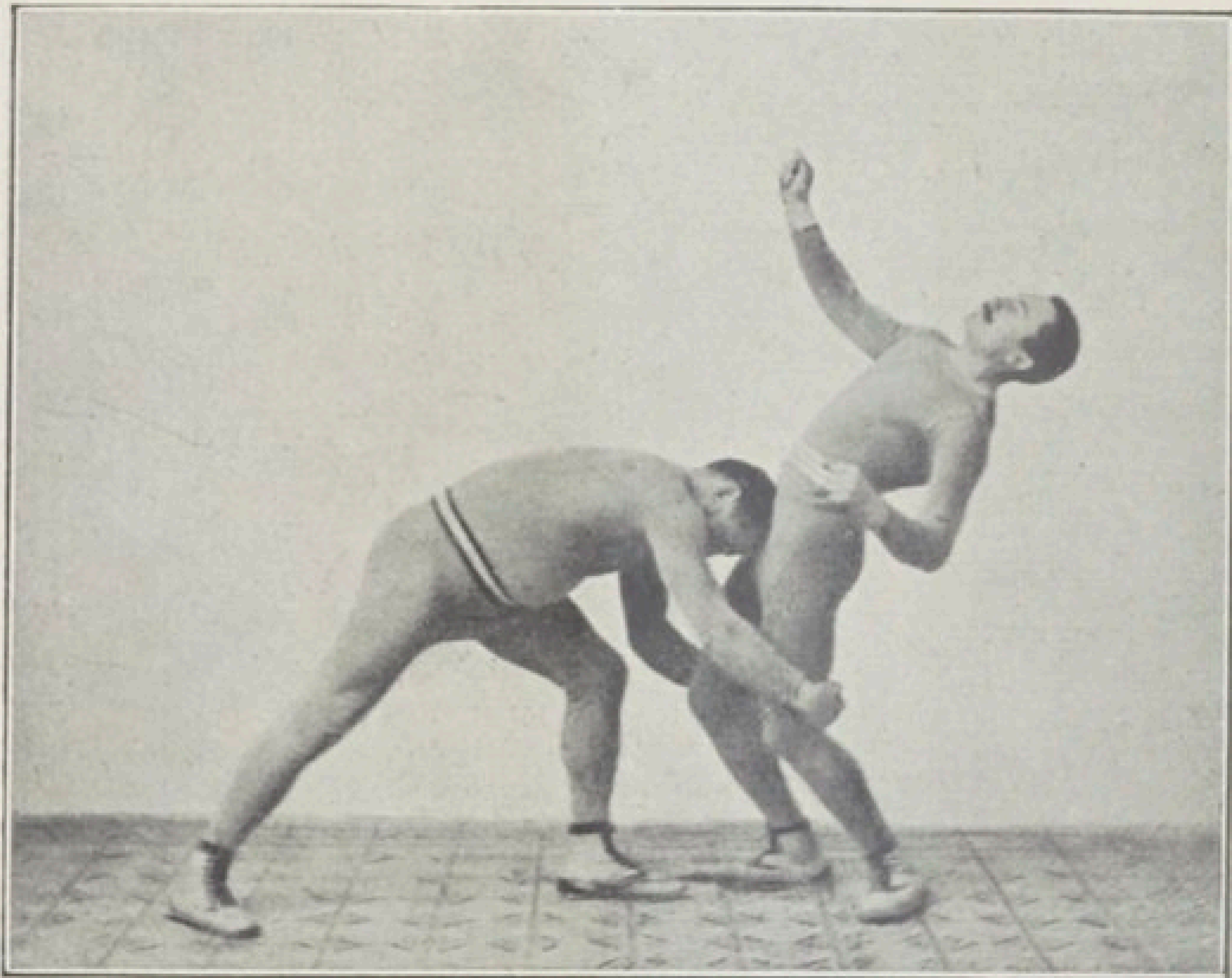


Fig. 58. — Coup de tête et ramassement des jambes

31e Exercice

Coup de tête et ramassement des jambes

§ 181. — Il arrive souvent que les personnes inexpérimentées s'élancent en avant, les bras levés, pour frapper.

En ce cas, il faut aller au devant, baisser la tête en avant, et passer la main droite derrière la jambe gauche, et la main gauche derrière la jambe droite de l'adversaire à la hauteur du jarret, puis tirer à soi les deux jambes, en poussant avec la tête qui se trouve placée à hauteur de l'abdomen.

L'élan donné par l'adversaire, le coup de tête et la traction des jambes exécutés simultanément, déterminent une chute immédiate. (Voir fig. 58.)

Le ramassement des jambes et le coup de tête peuvent être précédés d'un coup de poing de figure.

OBSERVATIONS GÉNÉRALES SUR LES RIPOSTES

§ 182. — Les six leçons indiquées ci-dessous démontrent suffisamment que chaque fois qu'un tireur attaque ou riposte dans la ligne haute, c'est-à-dire au dessus des hanches, on doit toujours riposter dans la ligne basse, c'est-à-dire sur les jambes, de même que lorsque l'adversaire attaque dans la ligne basse, on doit riposter dans la ligne haute.

L'expérience a prouvé la supériorité de cette manière de procéder. On doit tenir compte de ces observations chaque fois que l'on veut attaquer, faire des feintes en haut pour frapper en bas, et des feintes en bas pour frapper en haut.

Nous nous résumons en établissant qu'en règle générale, soit pendant, soit après l'attaque de l'adversaire, il faut toujours riposter sur la jambe qui sert de point d'appui. Cette jambe ne pouvant se déplacer pendant que l'autre est levée, elle reçoit forcément la riposte de l'adversaire. (Voir fig. 64.)

EXEMPLES

§ 183. — 1° Attaquez d'un coup de pied de flanc ; à la riposte du coup de pied de flanc, ripostez d'un coup de pied bas.

§ 184. — 2° Attaquez d'un coup de pied bas ; à la riposte du coup de pied de figure, ripostez d'un coup de pied bas.

§ 185. — 3° Attaquez d'un coup de pied de flanc ; à la riposte du coup de pied en tournant, ripostez d'un coup de pied bas.

§ 186. — 4° Attaquez d'un coup de pied bas ; à la riposte du coup de pied direct, ripostez d'un coup de pied bas.

§ 187. — 5° Attaquez d'un coup de pied bas ; à la riposte du coup de pied chassé-croisé, ripostez d'un coup de pied bas.

§ 188. — 6° Attaquez d'un coup de poing de figure ; à la riposte du coup de poing de figure, ripostez d'un coup de pied bas.

FIN DE LA QUATRIÈME PARTIE

CINQUIÈME PARTIE

Coups d'arrêt simples. — Coups d'arrêt doubles

La cinquième partie comprend treize exercices :

Huit coups de pied d'arrêt simples ;

Un coup de poing d'arrêt simple ;

Trois coups de pied d'arrêt doubles dans la garde à gauche et autant dans la garde à droite.

DES COUPS D'ARRÊT EN GÉNÉRAL

§ 189. — On nomme coup d'arrêt, un coup qui, porté sur place, au moment où l'adversaire attaque, empêche celui-ci de porter son coup.

Il n'est donc coup d'arrêt qu'à la condition que vous touchiez le premier.

Cette partie de la théorie est certainement des plus sérieuses au point de vue de la défense.

Les élèves qui, dans un assaut, exécutent bien les coups d'arrêt, embarrassent les plus forts tireurs.

Dans le combat, on les emploie avec avantage, parce que leur exécution nécessite très peu d'espace. Ils ont un double avantage au point de vue de l'équilibre, car on ne porte ordinairement ces coups que sur les jambes, jusqu'à hauteur de la ceinture, ce qui fait que, ne levant pas les jambes très haut, le corps

se trouve moins déplacé, et par conséquent la position est plus solide.

Les hommes âgés, petits, corpulents, lourds ou naturellement peu favorisés, devront suivre les exercices de la cinquième partie, pour obtenir de bons résultats. Nous les engageons également à suivre les exercices de boxe anglaise contenus dans la sixième partie, car ces exercices sont le complément indispensable de ce système de défense.

Les coups d'arrêt s'exécutent sur place, en reproduisant tous les coups contenus dans la première partie, et en observant les principes prescrits pour chacun d'eux.

Observations sur les coups d'arrêt portés soit dans l'assaut, soit dans le combat

§ 190. — Lorsqu'on se prépare à porter le coup de pied d'arrêt de la jambe placée en avant, on doit, préalablement et sans attirer l'attention de l'adversaire, rentrer en dedans la pointe du pied placé en avant, et sortir en dehors la pointe du pied placé en arrière.

Ces mouvements ont pour but de ne pas déplacer le pied de derrière, au moment de porter le coup d'arrêt, de conserver un parfait équilibre et par conséquent la solidité de la position.

Lorsqu'on se prépare à porter le coup de pied d'arrêt de la jambe de derrière, on fait le contraire de ce qui est prescrit pour la jambe de devant.

On exécute les coups d'arrêt de la jambe de devant, chaque fois que l'adversaire attaque, étant très rapproché, car la jambe de derrière n'aurait ni le temps ni le passage nécessaire pour frapper.

Par conséquent, on arrête de la jambe de derrière chaque fois que l'adversaire attaque de loin, alors on a le temps, et la jambe a le passage nécessaire pour frapper.

Les coups d'arrêt portés de la jambe de derrière ont plus de force, étant donné l'élan produit par un plus long parcours et le poids du corps qui apporte aussi son contingent.

EXERCICES

COUPS D'ARRÊT SIMPLES

1er Exercice

Coup d'arrêt chassé, porté de la jambe placée en avant, sur le coup de pied bas

§ 191. — Pour exécuter le coup d'arrêt avec la jambe placée en avant, au moment où l'adversaire porte le coup de pied bas, il faut suivre les prescriptions pour les troisième et quatrième mouvements du chassé-croisé en marchant. (Voir § 62, 1re partie.) Mais le coup doit porter sur la jambe (le tibia). (Voir fig. 33, 4e partie.)

Après avoir frappé, il faut replacer la jambe en avant.

2e Exercice

Coup d'arrêt chassé porté de la jambe placée en arrière, sur le coup de pied bas

§ 192. — Il faut exécuter ce qui est prescrit pour l'exercice précédent, en se servant de la jambe de derrière pour frapper.

Après avoir frappé, il faut replacer la jambe en arrière.

3e Exercice

Coup d'arrêt chassé, porté du talon de la jambe placée en avant, au creux de l'estomac

§ 193. — Si l'adversaire s'élance sur vous pour vous saisir à bras-le-corps, il faut exécuter ce qui est prescrit pour les troisième et quatrième mouvements du chassé-croisé en marchant. (Voir § 63 et fig. 25 et 26, 1re partie.) Ce coup doit être dirigé au creux de l'estomac.

Après avoir frappé, il faut replacer la jambe en avant.

4e Exercice

Coup d'arrêt chassé, porté du talon de la jambe placée en arrière, au creux de l'estomac

§ 194. — Si l'adversaire s'élance sur vous pour vous saisir à bras-le-corps, il faut exécuter ce qui est prescrit pour les troisième et quatrième mouvements du chassé-croisé en marchant. (Voir § 63, fig. 25 et 26, 1re partie.) Ce coup doit être porté au creux de l'estomac.

Après avoir frappé, il faut replacer la jambe en arrière.

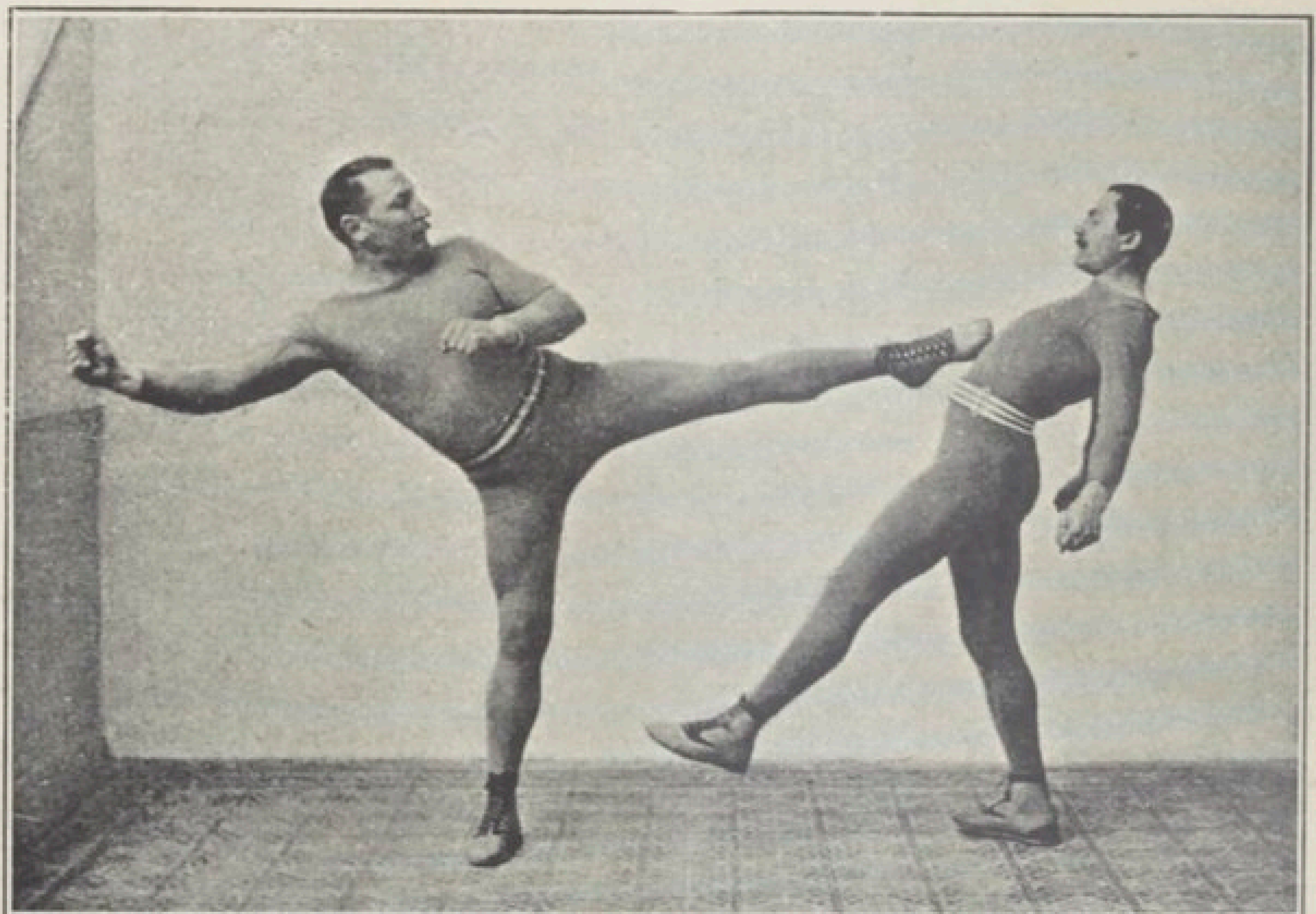


Fig. 59. — Coup d'arrêt par le coup de pied de flanc, porté de la jambe placée en avant

5e Exercice

Coup d'arrêt par le coup de pied de flanc, porté de la jambe placée en avant

§ 195. — Si l'adversaire vous attaque d'un coup de pied bas, il faut exécuter de la jambe de devant ce qui est prescrit pour les deuxième et troisième mouvements du coup de pied de

flanc. (Voir § 44 et fig. 14 et 15, 1re partie.) Ce coup doit être dirigé au creux de l'estomac. (Voir fig. 59.)

Après avoir frappé, il faut replacer la jambe en avant.

Le coup d'arrêt indiqué ci-dessus peut aussi s'exécuter sur un tireur qui porte un coup de poing de figure direct du bras de devant, en se fendant. (Voir fig. 60.)

En un mot, on peut exécuter ce coup d'arrêt chaque fois que l'adversaire se trouve placé dans la position des deux coups indiqués ci-dessus.

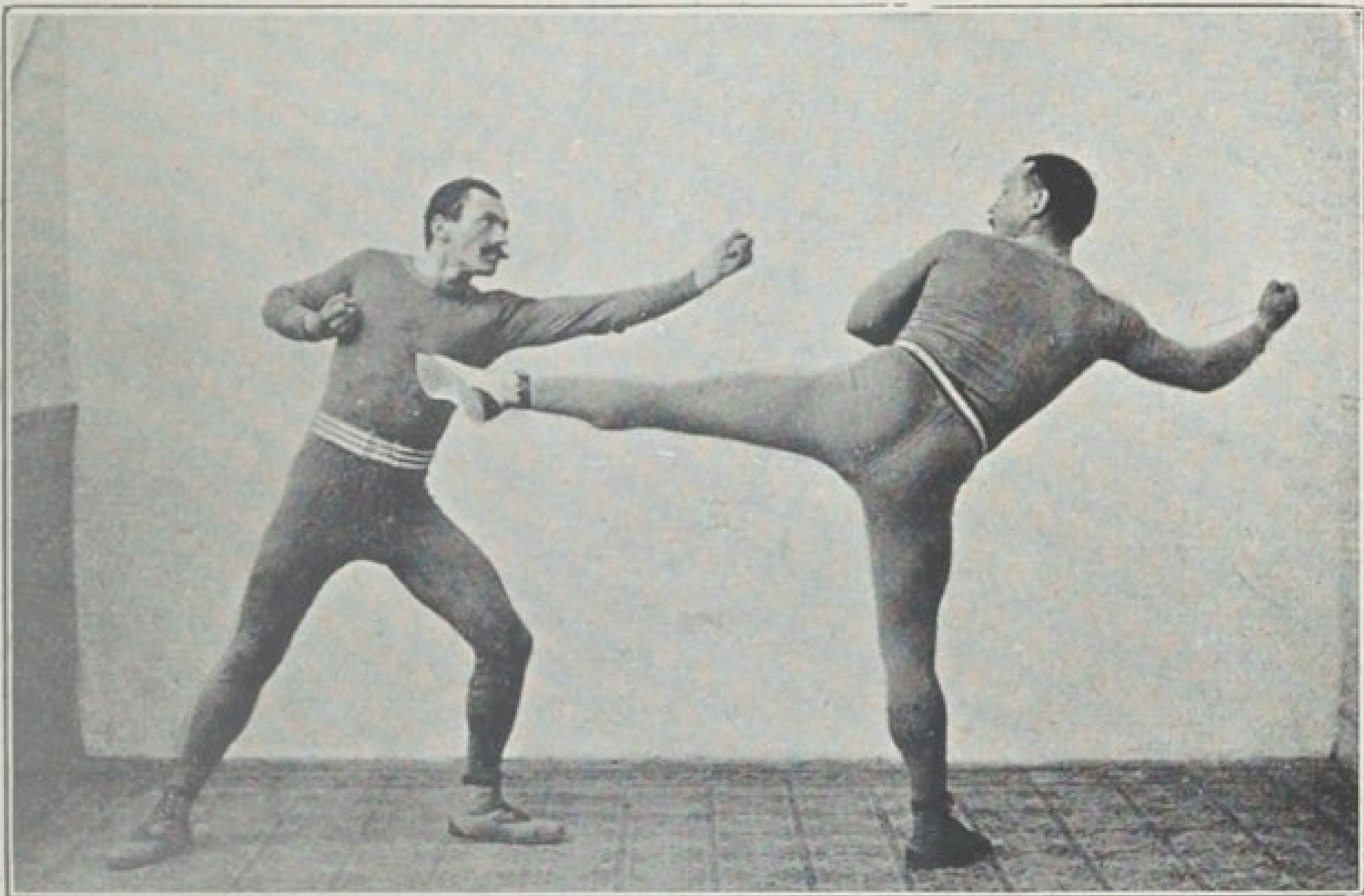


FIG. 60. — Coup d'arrêt par le coup de pied de flanc, porté de la jambe placée en arrière

6e EXERCICE

Coup d'arrêt par le coup de pied de flanc, porté de la jambe placée en arrière

§ 196. — Si l'adversaire vous attaque d'un coup de poing de figure du bras droit en marchant, il faut exécuter de la jambe de derrière ce qui est prescrit pour les quatre mouvements du coup de pied de flanc sur place. (Voir § 44, 1re partie.)

Le coup doit être dirigé au creux de l'estomac. (Voir fig. 60.)

Ce coup s'exécute également, étant placé en fausse garde, sur l'attaque du coup de poing de figure du bras de devant, et sur le coup de pied bas.

7e Exercice

Coup d'arrêt par le coup de pied direct

§ 197. — Si l'adversaire s'élance sur vous pour vous saisir aux jambes, il faut exécuter le plus vite possible ce qui est prescrit pour le coup de pied direct. (Voir le coup de pied direct, 1re partie, § 59, fig. 21.)

8e Exercice

Coup d'arrêt par le coup de pied en tournant sur place

§ 198. — Si l'adversaire s'élance sur vous pour vous porter des coups de poing, le corps découvert et les bras levés, selon l'habitude des personnes inexpérimentées dans l'art de la boxe, il faut exécuter de la jambe de derrière ce qui est prescrit pour le coup de pied en tournant sur place. (Voir § 69, 1re partie.)

9e Exercice

Coup d'arrêt par le coup de poing de figure direct du bras de devant

§ 199. — Étant placé garde à gauche, si l'adversaire porte un coup de poing de figure direct du bras droit en marchant, détendez vigoureusement le bras gauche en avant, en ligne directe, en faisant en même temps une légère opposition à gauche sur le bras de l'adversaire. (Voir fig. 61.)

En même temps qu'on exécute le coup d'arrêt avec le bras gauche, on fléchit la jambe gauche en tendant la jambe droite, et on porte le haut du corps en avant.

On peut aussi exécuter ce coup d'arrêt étant placé en fausse

garde, si l'adversaire porte son coup de poing du bras de devant en se fendant.

On exécute également le coup d'arrêt à la figure, lorsque l'adversaire porte un coup de poing de flanc ou de figure sur place.

Et pour arrêter l'adversaire par un coup de poing de flanc, il faut esquiver la tête en dehors.

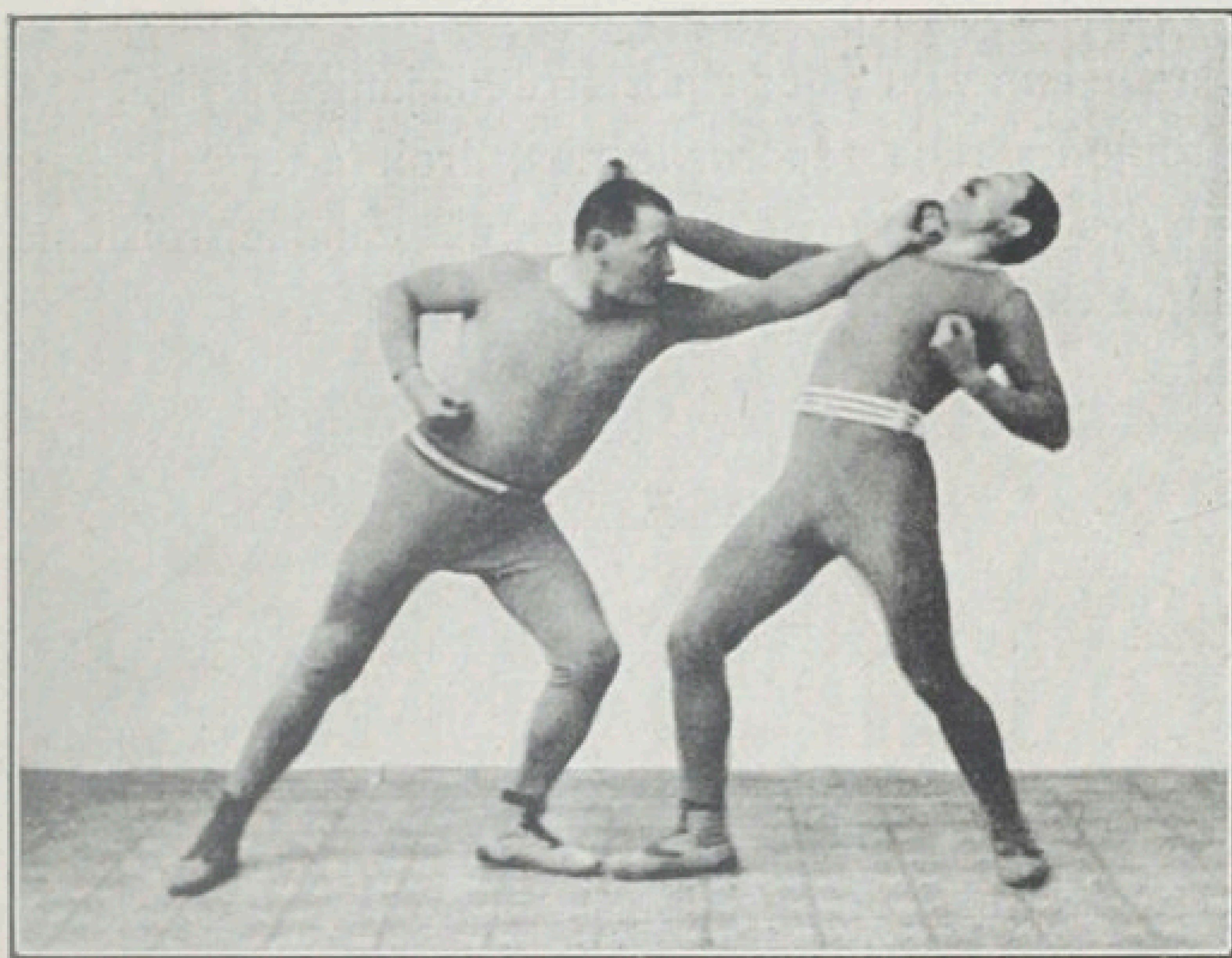


Fig. 61. — Coup d'arrêt par le coup de poing de figure direct du bras de devant

COUPS D'ARRET DOUBLES

10e Exercice

1er Exemple. — **Coup d'arrêt double sur la riposte de coup de pied bas**

§ 200. — Attaquez d'un coup de pied bas ; si l'adversaire riposte d'un coup de pied bas, exécutez le coup d'arrêt de la jambe de devant en frappant sur le tibia (voir § 137, fig. 33), et sans reposer le pied à terre, exécutez de suite un des deux coups d'arrêt indiqués dans le troisième et le cinquième exercice des coups d'arrêt simples.

11e Exercice

2e Exemple. — **Coup d'arrêt double de la jambe qui attaque**

§ 201. — Attaquez d'un coup de pied bas de la jambe droite, et sans reposer le pied à terre, en faisant face à gauche exécutez de la même jambe le coup d'arrêt sur la jambe gauche de l'adversaire, qui a esquivé votre coup de pied bas et qui reporte cette jambe en avant pour riposter de la jambe droite.

Et, toujours sans reposer le pied droit à terre, exécutez de suite un des deux coups d'arrêt indiqués dans le troisième et le cinquième exercice des coups d'arrêt simples.

12e Exercice

3e Exemple. — **Coup d'arrêt combiné sur le coup de poing de figure en se fendant ou en marchant**

§ 202. — Pour exécuter le coup d'arrêt sur le coup de poing de figure en se fendant ou en marchant, si l'adversaire porte son coup du bras droit, il faut en même temps qu'on avance le pied gauche qui se trouve placé en avant, porter le haut du corps en avant, ployer la jambe gauche et tendre la jambe droite, détendre vigoureusement le bras gauche directement en avant ; au moment où l'adversaire porte le coup de poing, il faut avoir soin de faire une légère opposition à gauche.

L'adversaire, trompé dans son attaque, va au devant du coup d'arrêt qu'il ne peut éviter en parant.

Ce coup d'arrêt s'exécute facilement dans la fausse garde, le coup de poing étant porté du bras de devant.

On peut aussi, après avoir exécuté le coup d'arrêt, le faire suivre d'un coup de poing de figure ou de flanc du bras droit, qui ne pourra manquer de réussir, étant porté aussitôt après le coup d'arrêt.

Les trois exemples ci-dessus peuvent être combinés à l'infini.

13e Exercice

Leçon spéciale de coups d'arrêt

§ 203. — Attaquez-moi d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, esquivez la jambe et ripostez d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, coup d'arrêt bas et ripostez d'un coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, coup d'arrêt de la jambe de devant et de la pointe du pied au creux de l'estomac; coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, esquivez la jambe et ripostez d'un coup de pied direct; à ma riposte de coup de pied bas, esquivez la jambe et ripostez d'un coup de pied en tournant; coup de pied bas; coup de poing de figure du bras de devant en vous fendant; coup de pied bas; à ma riposte de coup de pied bas, esquivez la jambe et ripostez d'un coup de pied chassé-croisé en sautant; coup de pied bas; coup de poing de figure du bras de devant en vous fendant; parez et ripostez d'un coup de poing de figure sur place.

FIN DE LA CINQUIÈME PARTIE

SIXIÈME PARTIE

BOXE ANGLAISE

Exercices spéciaux tirés de la Boxe anglaise

La sixième partie comprend soixante-quinze exercices

Développements et exercices préparatoires

§ 204. — *Observations.* — Les cinq exercices suivants s'exécutent dans le vide et ensuite sur un plastron ou sur un ballon.

La position du corps doit être celle de la garde à gauche.

Après avoir porté chaque coup, ou chaque série de coups, il faut laisser deux ou trois secondes d'intervalle avant de recommencer.

A moins d'indications contraires, tous les coups de poing sont directs.

Chaque exercice doit ensuite s'exécuter dans la garde à droite.

EXERCICES

1er Exercice

§ 205. — Exécuter dix fois successivement le coup de poing de figure du bras droit.

Et successivement, dix fois le coup de poing de figure du bras gauche.

2e Exercice

§ 206. — Exécuter vingt fois successivement le coup de poing de figure du bras droit et du bras gauche, alternativement.

3e Exercice

§ 207. — Exécuter dix fois deux coups de poing de figure, du bras droit et du bras gauche, et dix fois deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit.

4e Exercice

§ 208. — Exécuter cinq fois trois coups de poing de figure, du bras droit, du bras gauche et du bras droit, et cinq fois trois coups de poing de figure, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

5e Exercice

§ 209. — Exécuter cinq fois quatre coups de poing de figure, du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.
Et cinq fois quatre coups de poing de figure du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Coups et parades en décomposant

(Exercices à deux adversaires)

§ 210. — *Observation pour les douze exercices suivants.* — Les deux adversaires attaquent tour à tour; celui qui attaque doit partir de la position de la garde à gauche; celui qui pare, doit également avoir la même garde, mais il doit avoir les deux poings en avant, réunis au-dessus de la ceinture.

Chaque fois que l'on porte les coups de poing, il faut se fendre en avant, de la jambe de devant. (Voir la 1re partie, pour le coup de poing direct en se fendant, § 21.)

Chaque exercice doit ensuite s'exécuter dans la garde à droite.

EXERCICES

1er Exercice

§ 211. — Coup de poing de figure du bras droit.

Parer du bras gauche.

Coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras droit.

2e Exercice

§ 212. — Deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras gauche et du bras droit.

Deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras droit et du bras gauche.

3e Exercice

§ 213. — Trois coups de poing de figure du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Trois coups de poing de figure du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

4e Exercice

§ 214. — Quatre coups de poing de figure du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Quatre coups de poing de figure du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Observation. — Il faut exécuter les quatre précédents exercices, en remplaçant les coups de poing de figure par des coups de poing de flanc.

5e Exercice

§ 215. — Un coup de poing de figure du bras droit, un coup de poing de flanc du bras gauche.

Parer la figure du bras gauche et le flanc du bras droit.

Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit.

Parer la figure du bras droit et le flanc du bras gauche.

Un coup de poing de flanc du bras droit, un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer le flanc du bras gauche et la figure du bras droit.

Un coup de poing de flanc du bras gauche, un coup de poing de figure du bras droit.

Parer le flanc du bras droit et la figure du bras gauche.

6e Exercice

§ 216. — Un coup de poing de figure du bras droit, un coup de poing de flanc du bras gauche, et un coup de poing de figure du bras droit.

Parer du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit et un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Un coup de poing de flanc du bras droit, un coup de poing de figure du bras gauche et un coup de poing de flanc du bras droit.

Parer du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Un coup de poing de flanc du bras gauche, un coup de poing de figure du bras droit et un coup de poing de flanc du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

7e Exercice

§ 217. — Deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit.

Parer du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit, un coup de poing de flanc du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Un coup de poing de flanc du bras droit, deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Un coup de poing de flanc du bras gauche, deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

8e Exercice

§ 218. — Deux coups de poing de flanc du bras droit et du bras gauche, un coup de poing de figure du bras droit.

Parer du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Deux coups de poing de flanc du bras gauche et du bras droit, un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Un coup de poing de figure du bras droit, deux coups de poing de flanc du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Un coup de poing de figure du bras gauche, deux coups de poing de flanc du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

9e Exercice

§ 219. — Deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche, deux coups de poing de flanc du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit, deux coups de poing de flanc du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Deux coups de poing de flanc du bras droit et du bras gauche, deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Deux coups de poing de flanc du bras gauche et du bras droit, deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

10e Exercice

§ 220. — Trois coups de poing de figure du bras droit, du bras gauche, du bras droit et un coup de poing de flanc du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Trois coups de poing de figure du bras gauche, du bras droit, du bras gauche, et un coup de poing de flanc du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Trois coups de poing de flanc du bras droit, du bras gauche, du bras droit, et un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Trois coups de poing de flanc du bras gauche, du bras droit, du bras gauche, et un coup de poing de figure du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

11e Exercice

§ 221. — Deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit et un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit, un coup de poing de flanc du bras gauche, et un coup de poing de figure du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Un coup de poing de figure du bras droit, un coup de poing de flanc du bras gauche et deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit et deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

12e Exercice

§ 222. — Un coup de poing de figure du bras droit, un coup de poing de flanc du bras gauche, un coup de poing de figure du bras droit et un coup de poing de flanc du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit, un coup de poing de figure du bras gauche et un coup de poing de flanc du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

Un coup de poing de flanc du bras droit, un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit et un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras gauche, du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

Un coup de poing de flanc du bras gauche, un coup de poing de figure du bras droit, un coup de poing de flanc du bras gauche et un coup de poing de figure du bras droit.

Parer du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

13e Exercice

§ 223. — Une feinte de coup de poing de figure du bras droit, un coup de poing de figure du bras droit.

Parer du bras gauche.

Une feinte de coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras droit.

Parer du bras gauche un coup de poing de figure porté du bras droit, riposter d'un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras droit un coup de poing de flanc porté du bras gauche, riposter d'un coup de poing de figure du bras droit.

Observations sur les précédents exercices

Le treizième exercice peut se combiner avec les douze exercices précédents, en le plaçant soit au commencement, soit à la fin de chacun d'eux. (Voir les exemples suivants.)

§ 224. — *1er Exemple :* Faire une feinte et porter un coup de poing de figure du bras gauche, et un coup de poing de flanc du bras droit.

Parer du bras droit et du bras gauche.

§ 225. — *2e Exemple :* Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit, faire une feinte et porter un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer du bras droit, du bras gauche et du bras droit.

§ 226. — *3e Exemple :* Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit, faire une feinte et porter un coup de figure du bras gauche, et un coup de poing de flanc du bras droit.

Parez du bras droit, du bras gauche, du bras droit et du bras gauche.

§ 227. — *4e Exemple :* Faire une feinte et porter un coup de poing de figure du bras gauche.

Parer et riposter du même bras (bras droit) et un coup de poing de figure du bras gauche.

Faire une feinte et porter un coup de poing de figure du bras droit.

Parer et riposter du même bras (bras gauche) et un coup de poing de flanc du bras droit.

ATTAQUES, PARADES, RIPOSTES

§ 228. — *Observation.* — Les cinquante-trois exercices qui suivent s'exécutent en se fendant de la partie de devant, comme il est prescrit pour le coup de poing direct en se fendant. (1re partie, § 21.)

Les attaques doivent toujours s'exécuter en commençant

par le bras placé en arrière, c'est-à-dire par le bras droit, dans la garde à gauche, et par le bras gauche, dans la garde à droite.

Au cas contraire, le professeur prévient l'élève.

Plus tard, on peut exécuter les attaques en commençant par le bras placé en avant.

Pour les parades et les ripostes, c'est le bras qui a terminé le premier, soit de parer, soit de frapper, qui recommence.

Le professeur doit faire marcher ou rompre, suivant la disposition du terrain.

Ces neuf exercices sont expliqués comme si le professeur parlait à l'élève.

EXERCICES

1er Exercice

§ 229. — Marchez. Attaquez-moi d'un coup de poing de figure du bras droit; rompez. Attaquez-moi d'un coup de poing de figure, parez et ripostez d'un coup de poing de figure, rompez (ou marchez) ; un coup de poing de figure. (Voir fig. 62.)

Marchez. Attaquez-moi d'un coup de poing de figure du bras gauche, rompez. Attaquez-moi d'un coup de poing de figure, parez et ripostez d'un coup de poing de figure, rompez (ou marchez); un coup de poing de figure.

2e Exercice

§ 230. — Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, bras droit et bras gauche; rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, parez et ripostez de deux coups

de poing de figure, rompez (ou marchez); deux coups de poing de figure.

Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, bras gauche et bras droit, rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, parez et ripostez de deux coups de poing de figure, rompez (ou marchez); deux coups de poing de figure.

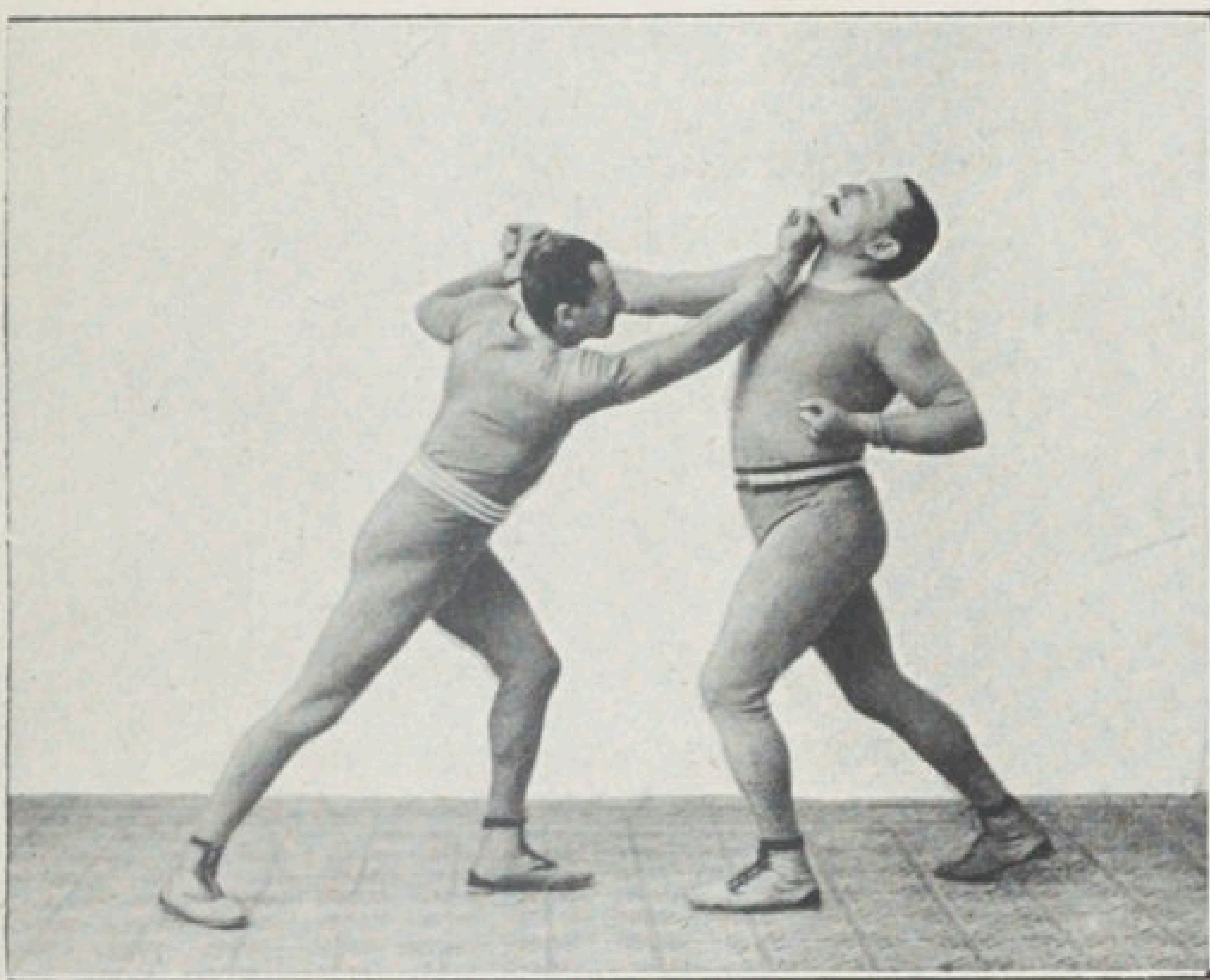


Fig. 62. — Coup de poing de figure paré et riposté

3e Exercice

§ 231. — Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, parez un coup de poing de figure, ripostez de deux coups de poing de figure ; parez et ripostez de deux coups de poing de figure, rompez; deux coups de poing de figure.

4e Exercice

§ 232. — Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure. Coup de poing de figure du bras gauche, coup de poing de

flanc du bras droit, parez et ripostez de deux coups de poing de figure, rompez. Un coup de poing de figure du bras gauche, coup de poing de flanc du bras droit.

Observation. — On peut faire suivre le coup de poing de flanc du bras droit par un coup de poing de figure du bras gauche.

5e Exercice

§ 233. — Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure. Coup de poing de figure du bras gauche, coup de poing de figure demi-circulaire horizontal du bras droit, parez et ripostez de deux coups de poing de figure, rompez. Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc demi-circulaire horizontal du bras droit.

Observation. — On peut faire suivre le coup de poing de flanc demi-circulaire horizontal du bras droit, par un coup de poing de figure du bras gauche.

6e Exercice

§ 234. — Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure. Un coup de poing de figure du bras gauche, un coup de poing de flanc du bras droit et un coup de poing de figure du bras gauche, parez et ripostez de deux coups de poing de figure, rompez. Faites une feinte de coup de poing de figure du bras gauche, suivie d'un coup de poing de figure du même bras et de deux coups de poing de figure, bras droit et bras gauche.

7e Exercice

§ 235. — Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure. Faites une feinte de coup de poing de figure du bras

gauche, suivie d'un coup de poing de figure du même bras, parez et ripostez d'un coup de poing de figure avec le même bras (bras droit) en le faisant suivre d'un coup de poing de figure du bras gauche, parez et ripostez de deux coups de poing de figure, rompez. Quatre coups de poing de figure.

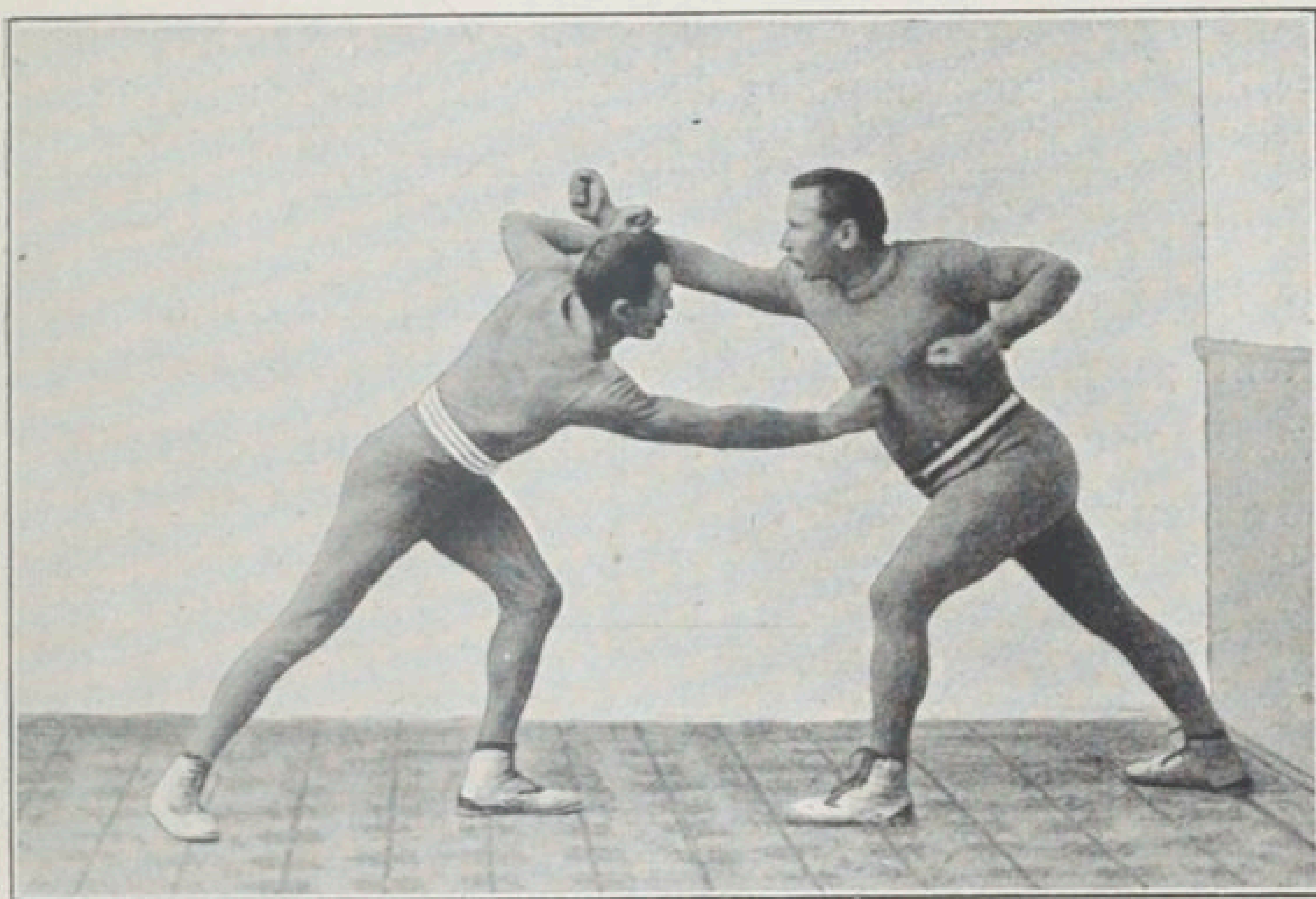


Fig. 63. – Riposte du coup de poing de flanc après parade du coup de poing de figure

8e Exercice

§ 236. — Marchez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure, rompez. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure. Portez un coup de poing de figure, parez un coup de poing de figure et ripostez d'un coup de poing de flanc. Parez et ripostez de deux coups de poing de figure, rompez. Portez un coup de poing de figure, parez un coup de poing de figure et ripostez d'un coup de poing de flanc. (Voir fig. 63.)

9e Exercice

§ 237. — Sur place. Attaquez-moi de deux coups de poing de figure et d'un coup de poing de flanc.

Observation. — Il faut répéter six fois les trois coups précédents en ajoutant chaque fois un des six mouvements indiqués ci-dessous :

1° Parez un coup de poing de figure, cela fait quatre mouvements ;

2° Ripostez d'un coup de poing de figure, cela fait cinq mouvements ;

3° Parez un coup de poing de flanc, cela fait six mouvements ;

4° Ripostez d'un coup de poing de flanc, cela fait sept mouvements ;

5° Parez deux coups de poing de figure, cela fait neuf mouvements ;

6° Ripostez de deux coups de poing de figure, cela fait onze mouvements.

EXERCICES DE PARADES, ESQUIVES

par les mouvements de tête et de corps en arrière, à droite, à gauche, avec ripostes de coups de poing directs et horizontaux et coups de poing d'arrêt directs

---

EXERCICES

ESQUIVES SIMPLES

Observation. — Exécuter dix fois chacun les treize exercices suivants :

1er Exercice

Esquiver la tête à droite

§ 238. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver, en penchant la tête à droite,

de manière que l'oreille soit rapprochée le plus possible de l'épaule droite.

Observation. — Dans toutes les esquives, les yeux doivent être constamment dirigés sur l'adversaire.

2e Exercice

Esquiver la tête à gauche

§ 239. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras droit, il faut esquiver en penchant la tête à gauche, de manière que l'oreille soit rapprochée le plus possible de l'épaule gauche.

3e Exercice

Esquiver le corps à droite

§ 240. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver, en penchant le haut du corps à droite, sans bouger les pieds et en facilitant ce mouvement par la flexion des hanches.

4e Exercice

Esquiver le corps à gauche

§ 241. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras droit, il faut esquiver en penchant le haut du corps à gauche, sans bouger les pieds, et en facilitant ce mouvement par la flexion des hanches.

5e Exercice

Esquiver le corps en arrière

§ 242. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure, soit du bras droit, soit du bras gauche, il faut esquiver en penchant le haut du corps en arrière, en conservant le poids du

corps sur la jambe droite; en fléchissant la jambe gauche et en rapprochant le pied gauche du pied droit; la pointe du pied seule touchant le sol.

La flexion des reins en arrière facilite beaucoup ce mouvement.

6e Exercice

Esquiver obliquement en arrière à droite

§ 243. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver, en portant la jambe droite obliquement en arrière à droite et en penchant le haut du corps du même côté; la jambe gauche reste tendue.

7e Exercice

Esquiver verticalement

§ 244. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure, soit du bras droit, soit du bras gauche, il faut esquiver en fléchissant le corps et les deux jambes verticalement, le haut du corps un peu penché vers la droite et en avant.

8e Exercice

Esquiver à droite avec mouvement de jambes en avant

§ 245. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver en portant la jambe gauche obliquement en avant à droite, en posant le pied à côté et en dehors du pied gauche de l'adversaire, le corps penché à droite, la jambe gauche ployée, la jambe droite tendue.

9e Exercice

Esquiver à gauche avec mouvement de jambes en avant

§ 246. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure, soit du bras droit, soit du bras gauche, il faut esquiver en por-

tant la jambe gauche obliquement en avant à gauche, en posant le pied à côté et en dedans du pied gauche de l'adversaire, le corps penché à gauche, la jambe gauche ployée et la jambe droite tendue.

10e Exercice

Esquiver à droite avec double mouvement de jambes en avant

§ 247. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver en portant la jambe gauche obliquement en avant à droite, en posant le pied à côté et en dehors du pied gauche de l'adversaire, le corps penché à droite, aussitôt et en même temps pivoter vers la gauche sur le talon du pied gauche, en portant le pied droit à 50 centimètres environ plus loin que le pied gauche, de manière à être placé obliquement en arrière du côté gauche de l'adversaire, et dans la position de garde à gauche.

11e Exercice

Esquiver à gauche avec double mouvement de jambes en avant

§ 248. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure soit du bras droit, soit du bras gauche, il faut esquiver en portant la jambe gauche obliquement en avant à gauche, en posant le pied droit à côté et en dedans du pied gauche de l'adversaire, le corps penché à gauche; aussitôt et en même temps, pivoter vers la droite sur le talon du pied gauche, en portant le pied droit à 50 centimètres environ plus loin que le pied gauche, de manière à être placé obliquement en arrière du côté droit de l'adversaire et dans la position de garde à gauche.

12e Exercice

Esquiver par mouvements de jambes en arrière à droite

§ 249. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras droit en marchant, ou du bras gauche en se

fendant, il faut pivoter vers la droite sur le talon gauche en portant le pied droit en arrière du pied gauche, c'est-à-dire décrire un quart de cercle à droite, de manière à être placé garde à gauche, face à la ligne D.

13e Exercice

Esquiver en arrière et à droite par mouvements de jambes

§ 250. — Si, acculé près d'un mur et ne pouvant ni reculer, ni changer de garde en arrière, l'adversaire porte un coup de poing de figure du bras droit en marchant ou du bras gauche en se fendant, il faut rapporter le pied gauche en arrière, à côté du talon droit; aussitôt porter le pied droit latéralement à droite, à 50 ou 60 centimètres environ du pied gauche, en pivotant vers la gauche, sur le talon du pied droit, en même temps porter le pied gauche en arrière du pied droit, de manière à être placé garde à droite, face à la ligne G.

Ces trois mouvements de jambes doivent s'exécuter successivement et avec la plus grande vitesse.

ESQUIVES AVEC COUPS D'ARRÊTS DIRECTS ET RIPOSTES DE COUPS DE POING DIRECTS ET HORIZONTAUX

Observation sur les coups de poing horizontaux en tournant le corps

§ 251. — Ces coups ne s'exécutent pas comme le coup de poing demi-circulaire horizontal, expliqué dans la première partie. (§ 32.)

Pour porter du bras droit le coup de poing circulaire horizontal en tournant le corps, il faut ployer le bras horizontalement devant le corps, le coude en avant, le poing touchant à l'épaule gauche, le dessus de la main tourné en dessus, puis frapper horizontalement, en détendant vigoureusement le bras, en tournant le corps dans la direction indiquée pour le coup.

EXERCICES

—

1er Exercice

Esquiver la tête à droite avec coup d'arrêt du bras de devant

§ 252. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver en penchant la tête à droite, de manière que l'oreille soit rapprochée le plus possible de l'épaule droite; en même temps exécuter un coup d'arrêt à la figure, en tendant vigoureusement et directement le bras gauche en avant.

En même temps qu'on esquive et qu'on exécute le coup d'arrêt, il faut porter le haut du corps un peu en avant.

Observation. — Dans toutes les esquives, les yeux doivent être constamment dirigés vers l'adversaire.

2e Exercice

Esquiver la tête à gauche avec coup d'arrêt du bras de derrière

§ 253. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras droit, il faut esquiver en penchant la tête à gauche, de manière que l'oreille soit rapprochée le plus possible de l'épaule gauche; en même temps exécuter un coup d'arrêt à la figure, en tendant vigoureusement et directement le bras droit en avant.

En même temps qu'on esquive et qu'on exécute le coup d'arrêt, il faut porter le haut du corps un peu en avant.

On peut encore et avec beaucoup de succès exécuter le coup d'arrêt avec le bras gauche, sans avoir besoin d'esquiver la tête. (Voir § 199.)

3e Exercice

Esquiver le corps à droite avec coup d'arrêt du bras de devant

§ 254. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver en penchant le haut du corps à droite, sans bouger les pieds et en facilitant ce mouvement par la flexion des hanches; en même temps, exécuter un coup d'arrêt à la figure, en tendant vigoureusement et directement le bras gauche en avant.

En même temps qu'on esquive et qu'on exécute le coup d'arrêt, il faut porter le haut du corps fortement en avant, en ployant la jambe de devant et en tendant la jambe de derrière.

4e Exercice

Esquiver le corps à gauche avec coup d'arrêt du bras de derrière

§ 255. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras droit, il faut esquiver en penchant le haut du corps à gauche, sans bouger les pieds et en facilitant ce mouvement par la flexion des hanches, en même temps exécuter un coup d'arrêt au flanc en tendant vigoureusement et directement le bras droit en avant et diriger le coup au creux de l'estomac.

En même temps qu'on esquive et qu'on exécute le coup d'arrêt, il faut porter le haut du corps fortement en avant en ployant la jambe de devant et en tendant la jambe de derrière.

5e Exercice

Esquiver verticalement avec coup d'arrêt du bras de devant

§ 256. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure, soit du bras droit, soit du bras gauche, il faut esquiver en fléchissant le corps et les deux jambes verticalement, le haut du corps un peu penché vers la droite et en avant, en même temps,

exécuter un coup d'arrêt au flanc en tendant vigoureusement et directement le bras gauche en avant et diriger le coup au creux de l'estomac.

Par ce mouvement, le coup de poing de l'adversaire passe par-dessus la tête.

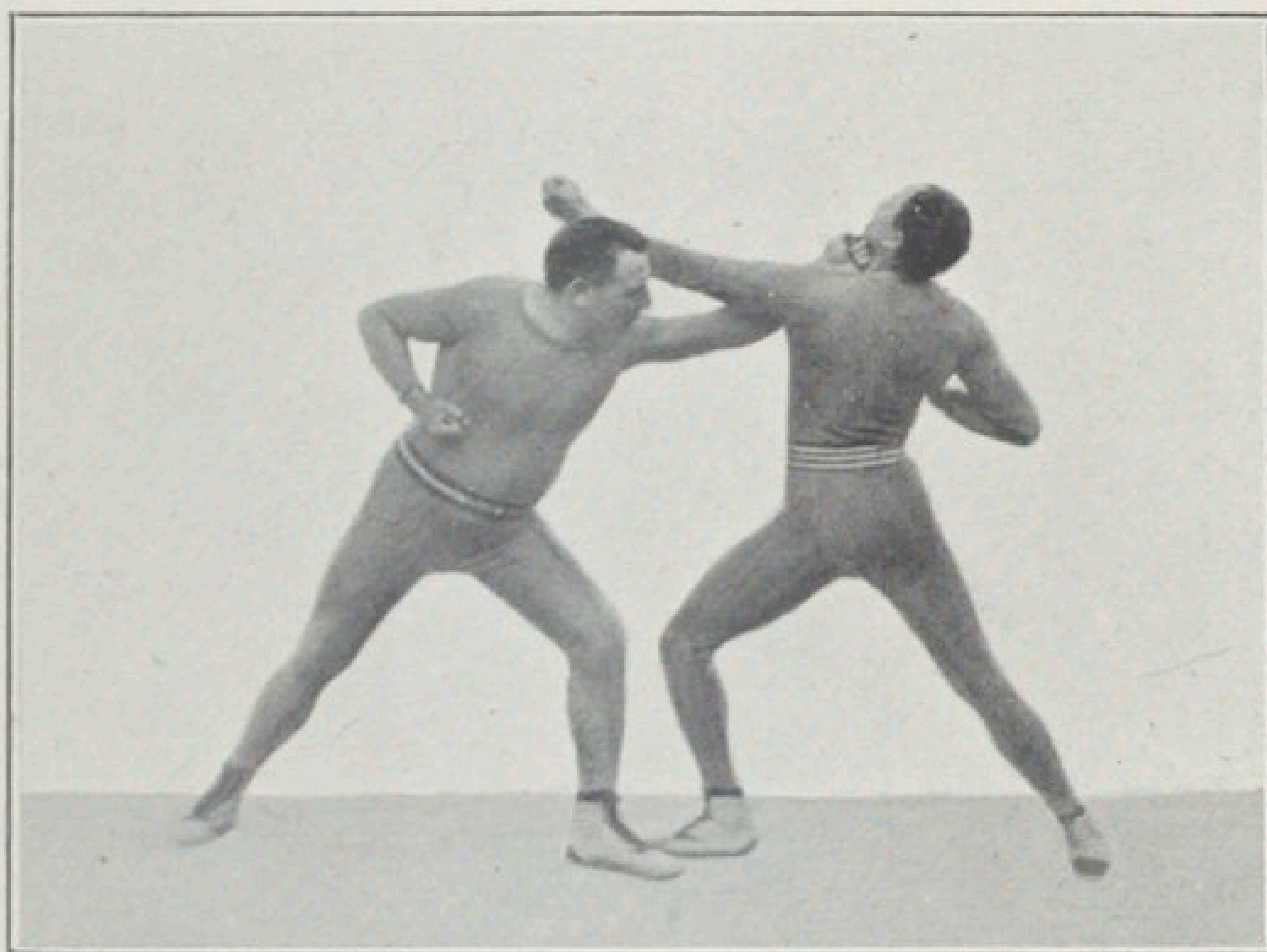


Fig. 64. — Esquive à droite avec mouvements de jambes en avant avec coup d'arrêt du bras de devant

6e Exercice

Esquiver à droite avec mouvements de jambes en avant avec coup d'arrêt du bras de devant

§ 257. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver en portant la jambe gauche obliquement en avant à droite, en posant le pied à côté et en dehors du pied gauche de l'adversaire; en même temps, exécuter un coup d'arrêt à la figure en tendant vigoureusement et directement le bras gauche en avant. (Voir fig. 64.)

En même temps qu'on esquive et qu'on exécute le coup d'arrêt, il faut porter le haut du corps fortement en avant et à droite, et ployer la jambe gauche en tendant la jambe droite.

On peut faire suivre le coup d'arrêt d'un deuxième coup, en portant du bras droit un coup de poing horizontal à la figure en tournant le corps à droite. On peut aussi supprimer le coup d'arrêt et ne porter que le coup de poing horizontal du bras droit à la figure ou au flanc, si l'adversaire porte son coup de poing du bras droit en marchant. (Voir fig. 65.)

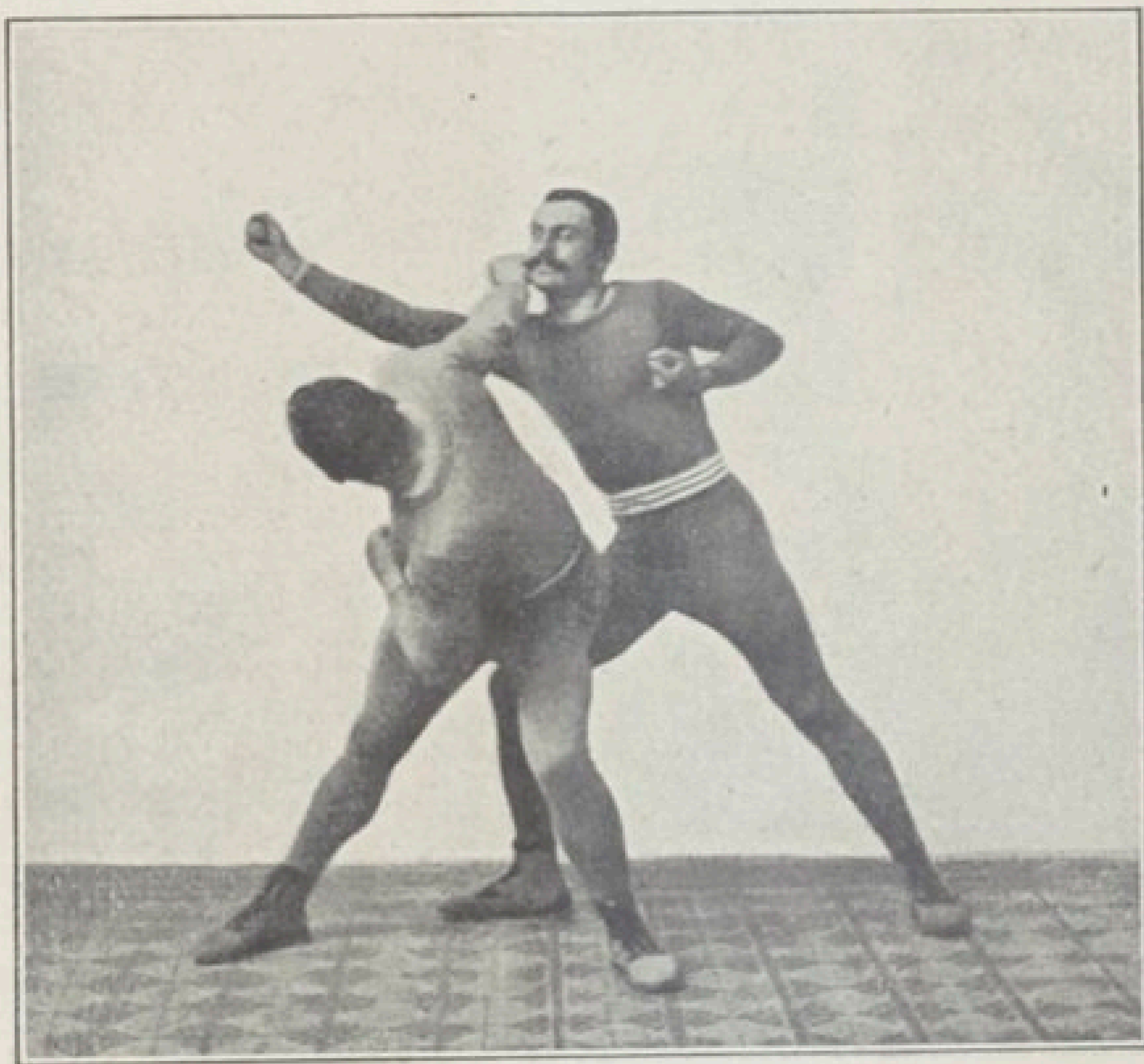


FIG. 65. — Coup de poing horizontal à droite, par mouvement oblique à droite

7e EXERCICE

Esquiver à gauche avec mouvements de jambes en avant, avec coup d'arrêt du bras de derrière

§ 258. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure, soit du bras droit, soit du bras gauche, il faut esquiver en portant la jambe gauche obliquement en avant à gauche, en posant le pied à côté et en dedans du pied gauche de l'adversaire ; en même temps, exécuter un coup de poing d'arrêt au flanc en tendant vigoureusement et directement le bras droit en avant et diriger le coup au creux de l'estomac. (Voir fig. 66.)

En même temps qu'on esquive et qu'on exécute le coup

d'arrêt, il faut porter le haut du corps fortement en avant et à gauche, et ployer la jambe gauche en tendant la jambe droite.

8e Exercice

Esquiver à droite avec double mouvement de jambes en avant, et ripostes de coups de poing directs

§ 259. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut esquiver en portant la jambe gauche obli-

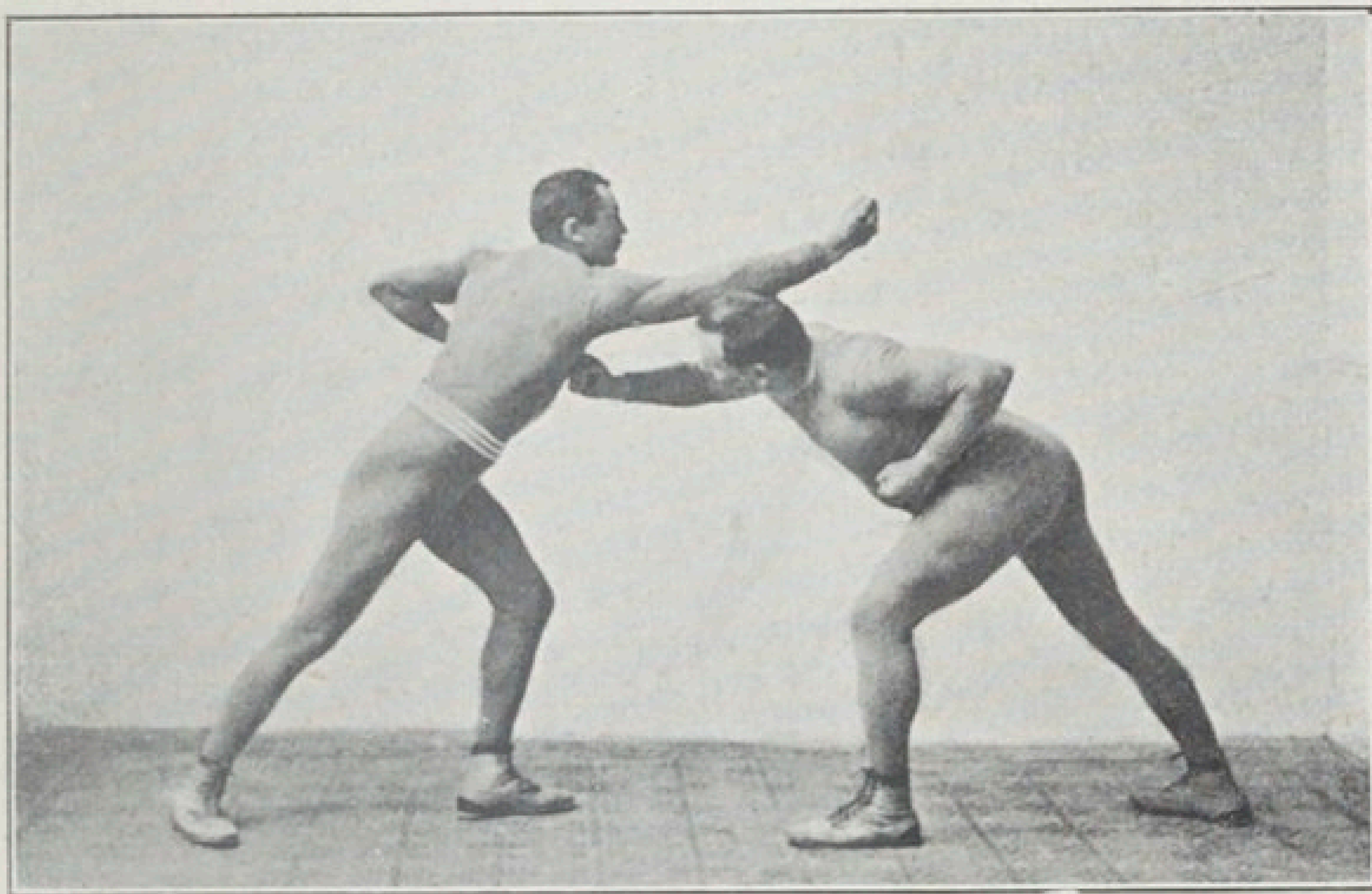


Fig. 66. — Esquiver à gauche avec mouvements de jambes en avant avec coup d'arrêt du bras de derrière

quement en avant à droite, en posant le pied à côté et en dehors du pied gauche de l'adversaire, le corps penché à droite, aussitôt et en même temps pivoter vers la gauche, sur le talon gauche en portant le pied droit à 50 centimètres environ plus loin que le pied gauche de manière à être placé obliquement en arrière du côté gauche de l'adversaire, et dans la position de garde à gauche.

Dans cette position, on riposte d'un coup de poing de figure direct du bras droit et d'un coup de poing de flanc demi-circulaire horizontal du bras gauche.

9e Exercice

Esquiver à gauche avec double mouvement de jambes en avant, et ripostes de coups de poing directs

§ 260. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure soit du bras droit, soit du bras gauche, il faut esquiver en portant la jambe gauche obliquement en avant à gauche, et en plaçant le pied à côté et en dehors du pied gauche de l'adversaire, le corps penché à gauche ; aussitôt et en même temps, pivoter vers la droite sur le talon gauche, en portant le pied droit à 50 centimètres environ plus loin que le pied gauche, de manière à être placé obliquement en arrière du côté droit de l'adversaire, et dans la position de garde à gauche.

Dans cette position, on riposte d'un coup de poing de figure direct du bras gauche, et d'un coup de poing de flanc demi-circulaire horizontal du bras droit.

10e Exercice

Esquiver par mouvements de jambes en arrière à droite, et ripostes de coups de poing directs et horizontaux

§ 261. — Si l'adversaire attaque d'un coup de poing de figure du bras droit en marchant ou du bras gauche en se fendant, il faut esquiver en pivotant vers la droite, sur le talon gauche, en portant en même temps le pied droit en arrière du pied gauche, c'est-à-dire en décrivant un quart de cercle à droite, de manière à être placé garde à gauche face à la ligne D.

Dans cette position, porter un coup de poing de figure direct du bras gauche et en pivotant vers la droite sur les deux talons, porter un coup de poing horizontal du bras droit et en pivotant de nouveau sur les deux talons, mais vers la gauche ; porter un deuxième coup de poing horizontal du bras gauche et reprendre la position de garde à gauche. (Voir fig. 67.)

Pour porter du bras droit le coup de poing horizontal, en

tournant le corps, soit à la figure, soit au flanc, il faut placer le bras droit ployé horizontalement le poing touchant l'épaule gauche, le dos de la main tourné en dessus.

Pour le coup porté du bras gauche, le poing doit toucher l'épaule droite.

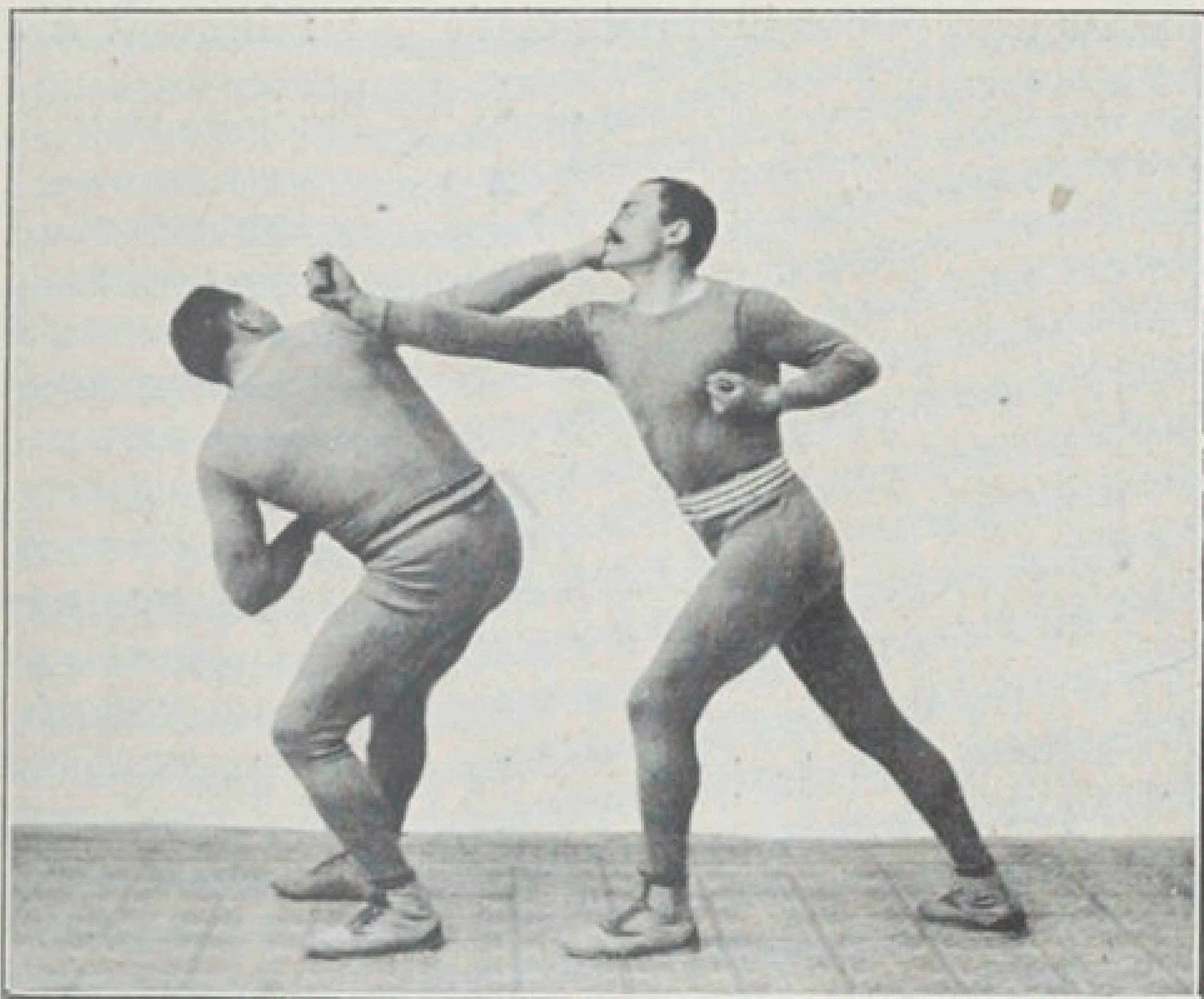


FIG. 67. — Coup de poing horizontal à droite, par changement de face vers la gauche

En même temps qu'on porte les coups de poing horizontaux, on fléchit les jambes et on penche le corps.

11e EXERCICE

Esquiver en arrière et à droite par mouvements de jambes et ripostes de coups de poing directs et horizontaux

§ 262. — Si, acculé près d'un mur et ne pouvant ni reculer, ni changer de garde en arrière, l'adversaire porte un coup de poing de figure du bras droit, en marchant, ou du bras gauche en se fendant, il faut esquiver en rapportant le pied gauche en arrière à côté du talon droit, aussitôt porter le pied droit latéralement à droite à 50 ou 60 centimètres environ du pied gauche,

en pivotant vers la gauche sur le talon droit, en même temps porter le pied gauche en arrière du pied droit, de manière à être placé garde à droite, face à la ligne G.

Immédiatement, porter un coup de poing de figure du bras droit et un coup de poing de flanc horizontal du bras gauche.

On peut aussi esquiver sur place sans employer les trois mouvements de jambes indiqués ci-dessus : il suffit d'exécuter l'esquive verticale avec coup d'arrêt du bras de devant. (Voir le 5e exercice, § 256.)

COUPS DE POING EN SAUTANT

§ 263. — Pour porter le coup de poing de figure du bras gauche en sautant, étant placé garde à gauche, il faut rapporter le pied gauche en arrière près du pied droit, fléchir fortement les deux jambes, ployer le bras gauche en retirant l'épaule en arrière comme il est prescrit pour le coup de poing de figure direct sur place. (Voir 1re partie.) Ainsi placé, pour porter le coup, il faut bondir en lançant le haut du corps en avant par une détente vigoureuse de la jambe droite, la jambe gauche se portant en avant, le pied sur le numéro 3, le pied droit se plaçant aussitôt derrière le pied gauche.

La détente du bras doit se produire au moment où le pied gauche se pose à terre.

Reprendre ensuite la position indiquée ci-dessus et continuer ainsi de suite.

Dans la garde à gauche, le professeur se place en avant et à la droite de l'élève, fait porter les coups de poing dans sa main droite ouverte, et cède aux coups de manière à ne pas servir de point d'appui à l'élève et l'habituer à frapper dans le vide, sans perdre son équilibre.

Dans la garde à droite, le professeur se place en avant et à la gauche de l'élève.

EXERCICES

1er Exercice

§ 264. — Un coup de poing de figure du bras gauche en sautant (1 bond).

2e Exercice

§ 264 *bis*. — Un coup de poing de figure du bras droit en sautant (1 bond).

3e Exercice

§ 265. — Deux coups de poing de figure du bras gauche et du bras droit en sautant (1 bond).

4e Exercice

§ 266. — Deux coups de poing de figure du bras droit et du bras gauche en sautant (1 bond).

Observation. — Pour exécuter les troisième et quatrième exercices indiqués ci-dessus, il faut que les deux coups soient portés successivement, mais presque simultanément ; il ne faut faire qu'un bond pour les deux coups.

5e Exercice

§ 267. — Un coup de poing de figure du bras gauche. Un coup de poing de figure du bras droit. Un coup de poing de figure du bras gauche. Un coup de poing de figure du bras droit.

Il faut faire un bond à chaque coup de poing.

6e Exercice

§ 268. — Un coup de poing de figure du bras droit. Un coup de poing de figure du bras gauche. Un coup de poing de figure du bras broit. Un coup de poing de figure du bras gauche.

Il faut faire un bond à chaque coup de poing.

Observation. — Pour exécuter les cinquième et sixième exercices, il faut que les deux coups soient portés successivement, mais presque simultanément, en exécutant pour chacun d'eux les mouvements de jambes indiqués (§ 263), c'est-à-dire faire un bond pour chaque coup.

7e Exercice

§ 269. — Un coup de poing de figure doublé du bras gauche en sautant (2 bonds).

8e Exercice

§ 270. — Un coup de poing de figure doublé du bras droit en sautant (2 bonds).

9e Exercice

§ 271. — Un coup de poing de figure du bras gauche. Un coup de poing de figure doublé du bras droit (3 bonds).

10e Exercice

§ 272. — Un coup de poing de figure du bras droit. Un coup de poing de figure doublé du bras gauche (3 bonds).

11e Exercice

§ 273. — Un coup de poing de figure doublé du bras gauche. Un coup de poing de figure du bras droit (3 bonds).

12e Exercice

§ 274. — Un coup de poing de figure doublé du bras droit. Un coup de poing de figure du bras gauche (3 bonds).

13e Exercice

§ 275. — Un coup de poing de figure du bras gauche. Un coup de poing de figure doublé du bras droit, et un coup de poing de figure du bras gauche (4 bonds).

14e Exercice

§ 276. — Un coup de poing de figure du bras droit. Un coup de poing de figure doublé du bras gauche, et un coup de poing de figure du bras droit (4 bonds).

15e Exercice

§ 277. — Un coup de poing de figure doublé du bras gauche. Un coup de poing de figure du bras droit, et un coup de poing de figure doublé du bras gauche (5 bonds).

16e Exercice

§ 278. — Un coup de poing de figure doublé du bras droit. Un coup de poing de figure du bras gauche, et un coup de poing de figure doublé du bras droit (5 bonds).

17e Exercice

§ 279. — Un coup de poing de figure triplé du bras gauche (3 bonds).

18e Exercice

§ 280. — Un coup de poing de figure triplé du bras droit (3 bonds).

OBSERVATIONS GÉNÉRALES SUR LA SIXIÈME PARTIE

§ 281. — Lorsque les élèves seront bien exercés sur ce qui précède, on leur fera exécuter les exercices de boxe anglaise contenus dans les §§ 210 jusqu'à 227 de la sixième partie de la manière suivante :

Ils seront placés deux par deux, et s'attaqueront tour à tour en marchant soit à droite, soit à gauche, ou en rompant; en un mot, ils chercheront à se surprendre pour porter leurs coups, ensuite ils pourront ajouter à tous les paragraphes indiqués ci-dessus des exercices de ripostes.

§ 282. — *1er Exemple :* L'adversaire numéro 1 attaque par surprise le numéro 2 d'un coup de poing de figure du bras droit ; le numéro 2 doit parer avec son bras gauche et à son tour il attaquera par surprise le numéro 1 d'un coup de poing de figure du bras droit que celui-ci devra, à son tour, parer avec son bras gauche et ainsi de suite.

§ 283. — *2e Exemple :* L'adversaire numéro 1 attaque par surprise le numéro 2 d'un coup de poing de figure du bras droit; le numéro 2 doit parer avec son bras gauche et riposter d'un coup de poing de figure du bras droit que le numéro 1 devra parer du bras gauche ; à son tour, le numéro 2 attaquera par surprise le numéro 1 d'un coup de poing de figure du bras droit que celui-ci parera du bras gauche et ripostera d'un coup de poing de figure du bras droit que le numéro 2 devra parer avec son bras gauche.

Et ainsi de suite pour tous les paragraphes, depuis 211 jusqu'à 227.

On pourra aussi ajouter les esquives, sans coup d'arrêt d'abord.

Les élèves doivent convenir à l'avance de la leçon qu'ils exécuteront. Cette manière de procéder prépare graduellement les élèves à faire assaut.

FIN DE LA SIXIÈME PARTIE

SEPTIÈME PARTIE

Exercices préparatoires à l'assaut. — Coups particuliers Moyens de défense dans les corps à corps

§ 284. — *Observations.* — Pendant toutes les leçons d'assaut, les coups d'arrêt de poing ou de pied sont supprimés, de manière à ne pas paralyser les attaques ou les ripostes, qui, dans ce cas, ne se feraient pas franchement, étant donnée l'hésitation que chacun y mettrait, dans la crainte des coups d'arrêt.

Les coups d'arrêt ne doivent s'exécuter que lorsqu'on sait bien attaquer, riposter, parer et esquiver les coups.

Pour les bien exécuter, il faut les bien préparer et ne les faire qu'avec la plus grande précision, le plus grand à-propos, sinon on fait coup double et par conséquent le résultat est négatif pour les deux adversaires, puisqu'ils seraient touchés tous deux.

Dans les assauts, il ne faut pas en abuser; les tireurs qui en abusent, généralement ne savent pas les exécuter convenablement, et provoquent des corps-à-corps qui ne témoignent pas chez eux d'un grand savoir, ni d'un grand sang-froid.

Avant de faire faire assaut aux élèves, il faut bien s'assurer qu'ils exécutent correctement leurs leçons et que leurs membres obéissent facilement, et pour ainsi dire d'une manière mécanique, à leur volonté, car, dans l'assaut, c'est la tête qui travaille et dirige le combat.

A cet effet, nous recommandons aux élèves de se donner la leçon mutuellement, ce qui est un moyen sûr d'arriver à la perfection des mouvements.

Nous avons remarqué que, dans toutes les escrimes, la parade

est sacrifiée au bénéfice de l'attaque. C'est un grand tort, il vaut mieux être fort pareur que fort attaqueur; car dans un combat, lorsqu'on est touché, on est plus ou moins compromis et en conséquence on peut être mis hors d'état de se défendre.

Aussi nous engageons nos élèves à faire beaucoup de leçons de parades et d'esquives.

En résumé, un assaut doit être dirigé comme une partie d'échecs; tout doit y être raisonné de la même manière : coups d'attaques ou de ripostes, parades, esquives, tous les mouvements et moyens contenus dans la théorie doivent être prêts à servir de pièces pour combattre et se défendre.

Quand un tireur est en garde depuis quelques instants devant son adversaire, il doit être fixé sur les qualités et les défauts de celui-ci et doit connaître les moyens pratiques de le combattre. C'est alors que la tête dirige la défense par le calcul et le raisonnement; la décision devient prompte et amène des résultats satisfaisants.

Un tireur qui ne s'inspirerait pas de ces observations resterait toujours un tireur médiocre.

LEÇONS D'ASSAUT

§ 285. — Pour toutes les leçons d'assaut, on procédera de la manière suivante : on placera les élèves deux à deux et on leur fera exécuter toutes les leçons contenues dans la théorie, en commençant par les plus simples et en continuant jusqu'aux plus compliquées. Les adversaires devront s'attaquer tour à tour par un coup ou une leçon composée, mais déterminée à l'avance; ils pourront marcher, rompre, se jeter à droite ou à gauche, en cherchant le moment propice pour surprendre l'adversaire ou, pour parer ou éviter ses coups.

EXEMPLES

§ 286. — *1er Exemple :* L'adversaire numéro 1 attaque par surprise le numéro 2 par un coup de pied bas, que ce dernier

doit esquiver. Le numéro 2 attaquera à son tour le numéro 1 qui esquivera, et ainsi de suite pour les autres leçons.

§ 287. — 2e *Exemple :* L'adversaire numéro 1 attaque d'un coup de pied bas, le numéro 2 esquive et riposte d'un coup de pied bas que le numéro 1 doit aussi esquiver.

§ 288. — 3e *Exemple :* L'adversaire numéro 1 attaque d'un coup de pied bas, le numéro 2 esquive et riposte d'un coup de pied bas que le numéro 1 doit esquiver et riposter ensuite d'un coup de pied bas.

§ 289. — 4e *Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied de flanc, le numéro 2 pare.

§ 290. — 5e *Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied de flanc, le numéro 2 pare et riposte d'un coup de pied de flanc.

§ 291. — 6e *Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied de flanc, le numéro 2 pare et riposte d'un coup de pied de flanc, le numéro 1 pare et riposte à son tour d'un coup de pied de flanc.

§ 292. — *Observations.* — Lorsque les élèves auront épuisé la série des coups simples, en ripostant par le même coup que celui de l'attaque, ils devront varier en ripostant par un autre coup que celui de l'attaque; on peut aussi riposter par des coups composés.

Il est bien entendu que pour les leçons d'assaut de boxe française on peut attaquer et riposter par des coups de poing ou des coups de pied indifféremment, il suffit que la leçon soit déterminée à l'avance entre les deux élèves.

EXEMPLES

§ 293. — 1er *Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied bas, le numéro 2 esquive et riposte d'un coup de poing de figure ou de flanc.

§ 294. — 2e *Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied de flanc, de poitrine ou de figure, le numéro 2 pare et riposte d'un coup de pied bas ou d'un coup de poing de figure ou de flanc.

§ 295. — *3e Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied de flanc, le numéro 2 pare et riposte d'un coup de pied de poitrine que le numéro 1 pare, et riposte ensuite d'un coup de pied de figure ; le numéro 2 pare ce dernier coup.

§ 296. — *4e Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied bas, le numéro 2 esquive et riposte d'un coup de pied chassé-croisé en sautant, le numéro 1 prend la parade en dehors et riposte d'un coup de poing à la nuque, aux reins, etc.

§ 297. — *5e Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de pied bas, le numéro 2 esquive et riposte d'un coup de pied direct, le numéro 1 pare et riposte d'un coup de pied bas ou d'un coup de poing de figure, ou de flanc.

§ 298. — *6e Exemple :* Le numéro 1 attaque d'un coup de poing de figure, le numéro 2 pare et riposte d'un coup de pied bas, le numéro 1 esquive et riposte d'un coup de pied en tournant, soit à la jambe, soit au creux de l'estomac.

Observation. — Ainsi on peut varier à l'infini et combiner les leçons d'une manière tellement compliquée, qu'on arrive graduellement à l'assaut, sans pour ainsi dire s'en apercevoir.

COUPS PARTICULIERS

§ 299. — 1° Coup de pied bas porté en dehors, sur l'attaque d'un coup de poing porté en se fendant.

Le même coup se porte aussi sur le coup de poing en marchant, mais il faut être placé en fausse garde.

§ 300. — 2° Esquiver le coup de pied bas en portant en même temps un coup de poing de figure, ou de flanc du bras de devant.

On esquive de côté en portant la jambe en dehors et en avant.

§ 301. — 3° Attaquer d'un coup de pied de figure ou de flanc, et avant de reposer le pied à terre, porter un coup de pied d'arrêt sur la jambe de l'adversaire qui riposte d'un coup de pied bas.

§ 302. — 4° Attaquer d'un coup de pied chassé-croisé sur la jambe de l'adversaire, et avant de reposer le pied à terre, porter un coup de pied de flanc ou de figure.

§ 303. — 5° Attaquer d'un coup de pied chassé-croisé haut et avant de reposer le pied à terre, porter un coup de pied d'arrêt sur la jambe de l'adversaire qui riposte d'un coup de pied bas.

§ 304. — 6° Attaquer d'un coup de pied en tournant haut et direct, et avant de reposer le pied à terre, porter un coup de pied d'arrêt chassé-croisé sur la jambe de l'adversaire qui riposte d'un coup de pied bas.

§ 305. — 7° Attaquer d'un coup de pied en tournant, bas et direct, et avant de reposer le pied à terre, porter un coup de pied de flanc ou de figure.

§ 306. — 8° Étant placé fausse garde à gauche, si l'adversaire porte le poids du corps sur la jambe de devant, porter un coup de pied en tournant bas et en dehors en fauchant, de manière à frapper la jambe de l'adversaire au-dessous du mollet et le faire tomber.

§ 307. — 9° Feinte d'un coup de pied bas de la jambe droite, immédiatement coup de pied bas de la jambe gauche. (Voir le coup de pied bas en marchant, 1re partie, § 38.)

§ 308. — 10° Coup de pied bas de la jambe droite, immédiatement coup de pied bas de la même jambe.

§ 309. — 11° Tendre le bras gauche en avant sur l'attaque d'un coup de poing de figure porté du bras droit par l'adversaire.

§ 310. — 12° Écart du bras de devant, étant placé garde à gauche.

Afin d'éviter d'être arrêté par le bras gauche de l'adversaire, au moment de l'attaque d'un coup de poing de figure du bras gauche, il faut écarter son bras gauche avec votre bras droit et porter immédiatement votre coup de poing de figure du bras gauche.

§ 311. — 13° Coup d'arrêt sur le coup de pied bas, par le coup de pied bas.

Lorsque l'adversaire porte son coup de pied bas, portez le

vôtre en même temps à toute vitesse, en frappant un peu haut.

Ce coup s'exécute en vraie et en fausse garde.

§ 312. — 14° Contre-coup d'arrêt sur le coup d'arrêt, chassé-croisé porté sur le coup de pied bas, par le coup de pied bas porté haut.

Sur un adversaire qui porte le coup d'arrêt sur le coup de pied bas, portez le coup de pied bas à toute vitesse, en frappant un peu haut.

§ 313. — 15° Double coup de pied en tournant.

Après avoir porté le premier coup, si l'adversaire se porte en avant, porter immédiatement un deuxième coup de pied en tournant, mais sans reposer le pied à terre après le premier coup.

EXERCICES DE DÉFENSE SUR LES PRISES DE CORPS

§ 314. — Il peut arriver qu'oubliant un moment les règles de notre méthode, ou pour un motif quelconque, un élève soit surpris à bras-le-corps par un adversaire d'une grande force musculaire.

Pour ce cas, nous indiquons ci-dessous plusieurs coups dont les résultats sont toujours certains.

Ce qu'on doit faire dans un combat, lorsqu'on a saisi la jambe de son adversaire, pour l'empêcher de la faire lâcher et qu'il ne puisse frapper avec l'autre jambe.

§ 315. — Supposons que la jambe droite soit tenue ainsi : la main droite sous le talon, la main gauche sur le cou-de-pied : 1° Il faut de suite élever la jambe prise le plus haut possible, en poussant en avant. Ce mouvement suffit généralement pour faire tomber en arrière. Il est plus pratique que celui de tirer la jambe à soi, qui peut amener l'adversaire à se rattraper après vous ; 2° Si l'adversaire veut tourner à gauche pour poser les mains à terre et frapper avec l'autre jambe pour se dégager, il faut, avec les deux mains ensemble, tordre la jambe avec force, en la tournant à gauche.

§ 316. — 1° Si un adversaire vous a saisi à bras-le-corps, à hauteur de la ceinture, et que vos deux bras soient restés libres au-dessus des siens, placez immédiatement vos deux avant-bras sous son menton, et appuyez avec force sur sa gorge, de manière à lui renverser la tête en arrière; mouvement qui l'oblige à lâcher prise. Ce mouvement doit être exécuté brusquement.

§ 317. — 2° Dans ce même cas de prise de corps, pour se débarrasser, il suffit aussi de placer une main, ou les deux mains, à plat sur le front de votre adversaire, et d'imprimer une violente secousse, de manière à lui renverser la tête en arrière. Ce mouvement l'oblige à lâcher prise immédiatement.

§ 318. — 3° Dans ce même cas encore, il faut passer la main gauche devant la figure de l'adversaire et la placer à plat sur le côté gauche; en même temps passer la main droite derrière la tête et la placer à plat sur le côté droit; dans cette position il faut imprimer à la tête un brusque mouvement de rotation de gauche à droite avec la main gauche et de droite à gauche avec la main droite.

§ 319. — 4° On peut encore, si un des deux bras est resté libre, passer la main derrière la tête de l'adversaire et l'attirer avec force en avant, et en même temps fléchir la tête en avant. Par ce moyen l'adversaire vient forcément heurter son visage en plein sur le dessus de votre tête.

§ 320. — 5° Dans le cas où l'adversaire vous aurait saisi à bras-le-corps par devant, mais les bras passés par dessus les vôtres, portez-lui un vigoureux coup de genou dans le bas-ventre, en frappant en remontant, ou bien un violent coup de talon sur la pointe des pieds.

§ 321. — 6° Si, au contraire, l'adversaire vous a saisi par derrière, portez-lui un coup de talon sur la pointe des pieds, ou bien encore un coup de talon en arrière dans le bas-ventre.

OBSERVATIONS SUR LES PRISES DE CORPS

§ 322. — Nous nous étendrions à l'infini si nous voulions expliquer tout ce que l'expérience et l'étude nous ont appris, mais nous pensons avoir indiqué un nombre suffisant de moyens

de défense. Pour ceux qui restent, nous sommes à la disposition de nos élèves.

Nous conseillons d'éviter les corps-à-corps dans un combat sérieux. Nos exercices de boxe, en perfectionnant le travail des bras et des jambes, suffisent amplement à une défense bien combinée.

Si nous avons enseigné les exercices de prises de corps, c'est afin de démontrer qu'en toute circonstance, même quand on est surpris, notre théorie fournit les moyens de se débarrasser d'un adversaire et de n'être jamais pris au dépourvu.

Nous insistons et nous le répétons : la meilleure défense, c'est le combat à distance, à coups de pied et à coups de poing.

DE L'ASSAUT

---

§ 323. — L'assaut est la mise en pratique de toutes les leçons. Dans ce semblant de combat, chaque tireur, livré à lui-même, use de l'ensemble des moyens de défense contenus dans la théorie, tout en observant strictement les règles et les principes qui y sont exposés. Il doit raisonner tous ses coups et les porter à propos, ainsi que ses ripostes.

Dans l'assaut et dans les combats, la position est à peu près la même que dans la théorie : les yeux doivent être constamment fixés sur ceux de l'adversaire ; le corps conservera ainsi son équilibre et il sera souvent facile de deviner et, par suite, d'éviter certains coups que l'adversaire porterait, en regardant d'avance la partie du corps qu'il désire attaquer.

Quatre qualités sont essentielles dans l'assaut : le *coup d'œil,* le *sang-froid,* l'*agilité* et l'*adresse.*

Le coup d'œil a une importance supérieure. En effet, par lui,

la pensée, mise immédiatement en éveil, dicte aux organes les moyens d'exécution. Aussi la vivacité des mouvements est-elle en raison directe de la vivacité du coup d'œil. Le *coup d'œil* donne l'à-propos, mais il est plutôt un don de la nature que le résultat de la pratique.

Le *sang-froid* s'acquiert généralement par la pratique ; un certain nombre de personnes ne peuvent cependant jamais le posséder à cause de leur tempérament.

L'*agilité* s'obtient par les exercices. On doit en raisonner l'emploi, l'appliquer selon les circonstances.

L'*adresse* est le résultat des exercices raisonnés. Les personnes qui acquièrent toutes ces qualités forment l'exception : leurs progrès sont rapides et leur supériorité incontestable.

La moyenne des élèves atteint un degré passable, mais grâce à des exercices réguliers et persévérants.

Quant à la catégorie de ceux qui ne sont point favorisés, ils ne peuvent réellement arriver qu'à une force médiocre et encore leur faut-il une très grande habitude et beaucoup d'application constante.

Évidemment, l'expérience prouve que par une théorie sagement raisonnée, il est possible d'apporter une grande amélioration aux dispositions naturellement ingrates des élèves.

Évidemment aussi, un habile professeur arrive à compenser les défauts des élèves en développant leurs qualités, par l'étude des qualités et des défauts. D'ailleurs, tel est au fond le but que nous nous sommes proposé. Et qu'on nous pardonne notre affirmation, mais nous déclarons que par notre méthode, nous mettons nos élèves à même de faire face à tout agresseur, à tout tireur de telle ou telle méthode. Pour cela il y a à tenir compte des différences de taille et de poids.

Les meilleurs tireurs, les plus lestes et les mieux disposés pour ce genre d'exercice sont ceux qui mesurent 1 m. 65 à 1 m. 70 et qui pèsent de 70 à 75 kilos. Les tireurs dépassant cette taille et ce poids perdent en vitesse, mais ils ont l'avantage de l'attaque. Ceux au-dessous de cette taille n'ont pas l'avantage de l'attaque, mais ils ont celui de la riposte vu leur vitesse, et celui de la parade, car ils présentent aux coups de l'adversaire une

surface plus petite en hauteur comme en largeur et leurs membres étant plus rapprochés les uns des autres, ils peuvent combiner plus facilement la défensive.

Les premiers ont aussi l'avantage des coups d'arrêt.

Les derniers doivent s'en défier.

Il n'est pas dit pour cela qu'un élève mesurant plus ou moins de 1 m. 70 ou pesant plus de 75 kilos ne puisse tirer un grand avantage de sa corpulence.

Nous l'avons dit plus haut, un professeur habile, savant, peut donner à ses élèves des ressources infaillibles, quels que soient leur âge et leurs dispositions.

Il y a dans notre méthode des exercices spéciaux classés pour tous.

Aux élèves jeunes et dispos, nous ferons suivre le plus longtemps possible les deuxième, troisième et quatrième parties, lesquelles, bien qu'essentiellement « gymnastique », n'en sont pas moins sérieuses au point de vue de la défense; ensuite ils continueront par les cinquième et sixième parties, c'est-à-dire tous les exercices contenus dans la théorie.

Tandis que les personnes âgées et mal disposées ne pourront suivre avec succès que les cinquième et sixième parties, qui constituent la partie la plus sérieuse de la théorie et dont l'exécution est des plus faciles. Ainsi pour les hommes âgés, gros et courts ou peu favorisées au point de vue de la souplesse et de l'agilité, les coups de pied bas, les coups d'arrêt contenus dans la cinquième partie, ainsi que les exercices spéciaux de boxe anglaise contenus dans la sixième partie, constituent un système de défense des plus efficaces.

Nous avons déjà démontré dans les observations de la quatrième partie, qu'un tireur doit toujours être placé devant son adversaire à une distance telle que ce dernier ne puisse le frapper sans se rapprocher. Néanmoins, nous croyons préférable de se rapprocher le plus possible et surtout d'éviter de s'éloigner sans raison en se sauvant sans parer et de se laisser acculer. Cette règle facilite la riposte que l'on ne pourrait exécuter si l'on est trop éloigné de son adversaire. Pour observer ce principe, il faut tenir compte de la taille de son adversaire,

se tenir plus éloigné de lui s'il est d'une grande taille, et plus rapproché s'il est d'une petite.

Pour remédier à ce défaut, nous recommandons à nos élèves d'exécuter souvent les leçons de parades de la troisième partie. On peut aussi éviter des coups en exécutant des changements de garde en arrière, mais sans abuser de ce moyen si l'on a peu d'espace. Ce serait une faute, car il priverait de la riposte, étant trop éloigné, et l'équilibre serait rompu si l'adversaire vous poursuivait. Il s'ensuivrait donc de fâcheux résultats dans le cas, par exemple où, étant lancé contre un mur ou un objet quelconque, le coup de l'adversaire produirait un contre-coup. Il faut éviter de se faire serrer près des murs et conserver le plus possible la liberté de ses mouvements.

On ne doit jamais attaquer franchement son adversaire qu'après l'avoir étudié par un grand nombre de feintes, de fausses attaques, qui vous révèlent ses côtés faibles, ses défauts. Soit que l'on se tienne sur la défensive, soit qu'on attaque vigoureusement, dans les circonstances favorables, il faut tenir sévèrement compte des règles de la prudence.

Les feintes, ou autrement dit, les fausses attaques sont des coups portés avec intention de ne pas toucher. Ils servent à tromper l'adversaire, en cachant une combinaison : la vraie attaque. Tous les coups contenus dans la théorie peuvent être employés comme feintes.

Chaque fois qu'on veut diriger une attaque, il faut étudier la position de l'adversaire et porter le coup qui paraît offrir le plus de chances de réussite, tout en se tenant prêt à la parade, au cas où l'adversaire exécuterait le coup d'arrêt qui est un moyen fréquent d'empêcher l'attaque. Le coup d'arrêt s'exécute toujours sur la marche en avant de l'adversaire.

Un tireur sérieux et consommé, dans tous les exercices de notre théorie, peut, par la grande habitude acquise, apprécier à un centimètre près la distance qui le sépare de son adversaire ; aussi il frappera toujours juste et rencontrera le corps de son adversaire. Il est toujours dangereux de frapper dans le vide, car, trompé par la distance, la jambe tombe en avant, le corps est déplacé et livré à la riposte de l'adversaire.

Les coups de pied les plus sérieux sont ceux ne dépassant pas la poitrine.

Les coups de poing sont ceux portés au creux de l'estomac, au flanc et à la figure.

Les coups de pied haut sont dangereux pour celui qui les porte, s'il n'a pas une grande facilité dans ses mouvements et s'il est de petite taille, car il déplace le centre de gravité, et il se livre à la riposte de son adversaire.

DES RÈGLES GÉNÉRALES

§ 324. — La boxe française est secondairement un exercice gymnastique, elle a avant tout pour raison d'être la défense. C'est là ce que nous voulons nous attacher à préciser, en déterminant les règles à observer dans un assaut.

Nous avons remarqué que chaque professeur a ses règles particulières, qui n'ont pour la plupart rien de commun avec la boxe proprement dite. Or, comme ces règles individuelles s'écartent des principes qui sont la base fondamentale de la boxe, il s'ensuit qu'elles donnent lieu à de pures discussions de fantaisie.

Ceux-ci interdisent les coups de pied portés derrière la tête; ceux-là les coups portés sur le dos ou sur les jambes; d'autres les coups du genou à la ceinture ou à la figure, d'autres aussi les coups à la figure, etc. A ce compte, il ne resterait de la boxe française qu'un pur exercice de signes télégraphiques et rien de ce qui a trait à la défense.

Pour nous, nous nous inspirons ici des coutumes des meilleurs professeurs de boxe française, les règles que nous établissons sont le fruit de l'enseignement de maîtres expérimentés et consciencieux.

En effet, que dirait-on, si, attaqué dans la rue par un individu, et au moment où vous vous préparez à lui porter un coup, votre adversaire vous disait : « Monsieur, je défends tout le derrière du corps depuis les pieds jusqu'à la tête » et qu'il vous tournât constamment le dos? Est-ce qu'un coup dans le dos n'est

pas aussi à craindre que les coups portés par devant le corps ? Ou bien encore supposez qu'au moment où vous le tenez par une jambe ou toute autre partie du corps, et prêt à le lancer à terre, il vous dise : « Monsieur, on ne doit pas prendre les jambes. »

Voyez-vous un malfaiteur s'élançant sur vous, vous lui portez un coup d'arrêt qui le lance à terre : il se relève tout penaud et vous dit : « Monsieur, on ne doit pas faire de coup d'arrêt. »

Tout cela ne serait ni plus ni moins que ridicule. Nous le répétons, la boxe française est un exercice de défense naturelle avant tout, et pour lequel on doit employer toutes les ressources que peut fournir le corps, aidé par l'imagination et par l'étude approfondie de la théorie, qui nous procure, en même temps que lui, et la précision, l'adresse et la force nécessaires à la défense.

Dans un combat dans la rue, il n'y a pas de règle, chacun use de ses moyens pour vaincre son adversaire, et la victoire donne raison aux moyens. (La fin justifie les moyens.)

Pour cette circonstance, nous nous résumons, il suffit de mettre à profit les leçons de la théorie, jointes aux qualités dont nous avons parlé plus haut, savoir : *le coup d'œil, le sang-froid, l'adresse et l'agilité,* puis frapper à propos, *droit, vite et fort.*

Quant aux règles de l'assaut, elles diffèrent peu de celles du combat. Les tireurs sont munis de gants de peau rembourrés et de bottines légères en peau, garnies de semelles de buffle, afin d'éviter autant que possible les coups qui pourraient faire mal.

ASSAUT DE BOXE FRANÇAISE

RÈGLES

§ 325. — Dans un assaut, une des principales règles que doivent observer les tireurs, c'est la courtoisie et la loyauté.

§ 326. — ARTICLE PREMIER. — Les tireurs se servent des bras et des jambes, des poings et des pieds, pour frapper.

ART. 2. — Tous les coups de pied portés soit à l'attaque ou

à la riposte, depuis le dessus du pied jusqu'au sommet de la tête, soit devant ou par derrière le corps, comptent.

Art. 3. — Les coups d'arrêt comptent.

Art. 4. — Les coups portés sur les bras et les avant-bras, lorsque ceux-ci sont écartés, ne comptent pas, mais lorsqu'ils touchent le corps, le coup compte.

Art. 5. — Les coups doubles sont annulés lorqu'il y a matière à discussion et qu'on ne peut préciser quel est l'attaquant.

Art. 6. — Les coups de poing portés soit à l'attaque ou à la riposte, depuis la ceinture jusqu'au sommet de la tête, soit devant ou par derrière le corps, comptent.

Art. 7. — Pour le sixième article, il faut s'inspirer des troisième, quatrième et cinquième articles des coups de pied.

Art. 8. — Pour éviter toute confusion, les séries de coups ne sont pas admises dans un assaut où on compte les points.

Art. 9. — Lorsqu'un tireur est touché, il doit s'arrêter et annoncer le coup; il ne peut pas riposter, il ne peut attaquer ensuite qu'après la remise en garde de son adversaire.

Art. 10. — Les prises de jambes, les prises de corps, ou coups de lutte peuvent être supprimés, en vertu de conventions arrêtées à l'avance. Au cas où ces prises seraient admises, elles compteraient pour un point, si l'adversaire se trouvait, pendant l'espace de quelques secondes, dans l'impuissance de se dégager.

Art. 11. — Les coups portés sur les parties viriles sont sévèrement défendus; le tireur qui manquerait à cette règle serait mis hors concours et expulsé de la salle.

ASSAUT DE BOXE ANGLAISE

§ 327. — *Observations.* — La boxe anglaise telle qu'on la pratique en Angleterre n'est pas soumise dans les assauts aux mêmes règles que la boxe française; elle est plutôt une boxe de résistance qu'un exercice d'adresse. On ne compte pas les coups; le boxeur qui les supporte le plus longtemps de la part de son adversaire est presque toujours le vainqueur. (Voir la préface.)

A ceux de nos élèves qui ne se soucient pas, et avec raison selon nous, de se faire briser les côtes, nous exposerons des règles à observer en assaut.

RÈGLES

§ 328. — ARTICLE PREMIER. — Les tireurs se servent seulement des bras et des poings pour frapper.

ART. 2. — Ils choisissent la position, ou plutôt la garde qu'ils préfèrent; ils peuvent marcher en avant, à droite, à gauche, rompre comme ils le désirent.

ART. 3. — Tous les coups de poing portés depuis la ceinture jusqu'au sommet de la tête, soit par devant ou par derrière le corps, soit à l'attaque ou à la riposte, comptent.

ART. 4. — Il faut s'inspirer des articles 3, 4, 5, 8, 9 et 10 des règles de la boxe française.

DU SALUT

§ 329. — Nous ne sommes pas partisans du salut dans les assauts de boxe, du moins, comme on le pratiquait autrefois dans l'armée; cela nous paraît grotesque et sans utilité. Une poignée de main au commencement de l'assaut, témoignant que sans haine, les deux adversaires vont combattre avec courage, loyauté et courtoisie, puis une autre poignée de main à la fin de l'assaut, renouvelant les sentiments sympathiques des deux tireurs, cela nous semble suffisant et plus correct.

Néanmoins, nous verrions avec intérêt exécuter des fantaisies composées d'exercices de boxe, par exemple, des combats représentés par un grand nombre d'élèves, etc. Ainsi dans les sociétés de gymnastique et les lycées, ce serait un moyen d'apprendre à combattre tout en s'amusant.

A propos du salut de la boxe dans l'armée, il nous souvient qu'en 1860-1861, nous avons vu exécuter par des maîtres des régiments de la garde impériale, un salut composé de coups de pied et de moulinets télégraphiques, voulant représenter des

coups de poing. A un moment donné, un des exécutants faisait le simulacre de saisir son adversaire aux extrémités du corps, avec les deux mains, de le lever en travers au-dessus de sa tête, de le casser en deux morceaux sur son genou, comme l'on ferait d'un faible bâton, et en jeter ensuite les morceaux au vent.

Il n'est pas moins vrai que le plus grand nombre des assistants devaient tressaillir à la pensée qu'un homme sachant la boxe pouvait briser comme verre un adversaire assez audacieux pour se frotter à lui. Nous avouerons avoir été nous-même émotionné, à la vue de ce prodige. Notre ignorance était d'ailleurs notre excuse, car, à cette époque, nous commencions à peine à faire de la boxe, et c'étaient les premiers assauts auxquels nous assistions. Peu de temps après, nous jugions que c'était purement comique et grotesque.

Dans la série de saluts de ce genre, il y avait aussi le coup de fourchette, qui faisait partie d'une leçon prise dans la théorie des maîtres de cette époque-là. Il consistait en ceci : après avoir porté un coup de pied bas en marchant de la jambe droite, au moment de poser le pied à terre en avant, il fallait lancer la main droite, les deux doigts écartés, l'index et le médius, dans les deux yeux de l'adversaire. Il y aurait eu de quoi frémir, si l'on n'eût pas eu recours à la parade de ce terrible coup, en portant la main verticalement devant la figure, le petit doigt en avant, le pouce près du nez, tout comme si l'on faisait un pied de nez, de manière à ce que les deux doigts de l'adversaire formant la fourche viennent s'arrêter en passant de chaque côté et sur la main.

Il y avait aussi, dans un autre salut, le coup de pied en sursaut, qui devait porter sous le menton, et vous enlever la tête comme si elle eût été tranchée par un bourreau japonais.

Un autre salut consistait à faire la roue et à lancer les deux pieds dans la poitrine de son adversaire qui devait être foudroyé et par conséquent hors de combat. Dans un autre, il fallait faire le grand éçart.

On voit d'ici tous les dangers qu'il y avait à se trouver en face de tels adversaires.

Le plus pacifique de tous et qui ressemblait le mieux à un

salut était celui-ci : après avoir porté un coup de pied bas en avant, et un chassé-croisé en arrière de la jambe droite, on laissait descendre la jambe à terre en arrière, le corps restant face en avant, aussitôt on fléchissait la jambe gauche en avant et on saluait militairement de la main droite ; dans cette position, on se trouvait placé comme pour le salut militaire au passage du Saint Sacrement.

Tous ces saluts dérivant de la théorie du chausson marseillais étaient ridicules.

DE LA PRÉSIDENCE D'UN ASSAUT

Nous avons remarqué que dans la plupart des assauts publics ou privés, alors qu'on ne comptait pas les points, la personne chargée de présider voulant faire cesser l'assaut entre deux tireurs, s'adressait à ceux-ci en ces termes : « Messieurs, faites *la belle* ». Cette phrase est impropre et peut donner matière à confusion. La belle ne se fait que dans un assaut où l'on compte les points et lorsque les deux tireurs en présence en ont obtenu le même nombre ; c'est alors qu'on ordonne la belle en un, deux ou trois points. La supériorité appartient à celui des deux tireurs qui a gagné la belle. S'il en était autrement, il suffirait qu'un tireur qui, dans le cours de l'assaut, aurait touché moins souvent que son adversaire, mais qui aurait touché le dernier coup, passât, aux yeux de personnes inexpérimentées, pour être supérieur à l'autre tireur. Ce serait un tort, et cependant nous avons vu des comptes rendus de la presse apprécier en ce sens des assauts.

Lorsque la personne qui préside veut faire cesser un assaut dans lequel on ne compte pas les points, elle s'adresse aux deux tireurs en ces termes : « Messieurs, veuillez cesser. » Alors, aussitôt qu'un des deux adversaires aura été touché, les deux tireurs s'arrêteront et l'assaut sera terminé.

Nous nous résumons : Dans tous les jeux où l'on compte le nombre de points ou de parties, il faut, pour faire la belle, que les joueurs aient, l'un comme l'autre, le même nombre de parties

ou de points. Dans ce cas, celui qui gagne la belle est *considéré* comme vainqueur.

C'est avec intention que nous soulignons le mot *considéré,* car il arrive quelquefois qu'un tireur, qui a touché le plus grand nombre de fois son adversaire, lui est inférieur. Ceci tient à un moment de mauvaises dispositions.

CONSEILS AUX ÉLÈVES

§ 330. — Nous croyons qu'il est préférable de prendre pour professeur un spécialiste pouvant donner tout son temps à l'enseignement d'un seul exercice.

A notre avis, il doit être plus savant que tout autre qui partagerait son temps entre plusieurs exercices.

Nous faisons exception pour les professeurs de boxe qui enseignent la canne ; ce sont deux exercices qui se complètent l'un par l'autre, et qui ont tous deux pour but la défense immédiate. Il en est de même pour ceux qui enseignent l'épée et le sabre.

Au point de vue du développement physique et musculaire, la leçon doit être prise tous les jours ; sa durée doit être d'une heure. Il en est de même pour les personnes ayant des prédispositions à l'embonpoint, et aussi pour celles qui désirent apprendre la boxe dans le seul but de se défendre. Dans ce dernier cas, le minimum doit être d'une leçon tous les deux jours.

Pour une bonne hygiène, une leçon d'une demi-heure tous les jours est suffisante.

Les heures préférables pour prendre les leçons sont le matin, et dans tous les cas, avant les repas.

Une douche d'eau froide est le complément d'une bonne leçon, elle rafraîchit et repose, elle habitue le corps aux variations de la température, elle est un préventif contre les refroidissements; c'est, en un mot, une mesure d'hygiène excellente.

A défaut d'appareil pour prendre la douche, on peut le remplacer par une grande bassine plate, en zinc, appelée *tub*, dans laquelle on se place; puis, avec une grosse éponge imbibée d'eau

froide et qu'on presse au-dessus de soi, on prend ainsi sa douche.

AVIS A MM. LES INSTRUCTEURS

§ 331. — Nous informons Messieurs les professeurs, instructeurs, moniteurs de l'armée, des lycées, pensionnats et des sociétés de gymnastique, qu'avec notre méthode, ils peuvent exercer un grand nombre d'élèves à la fois.

La première partie peut s'exécuter par peloton de dix élèves.

La deuxième par peloton plus nombreux et sur plusieurs rangs.

Pour la régularité des exercices par peloton, dans la deuxième partie, et à partir du septième exercice, si après avoir exécuté une leçon en marchant, les élèves se trouvent placés garde à gauche, il faut leur faire faire face en arrière en pivotant à droite sur les deux talons: ils se trouveront ainsi placés garde à droite; ils pourront alors exécuter la même leçon inversement.

Si au contraire, après avoir exécuté une leçon en marchant, les élèves se trouvent placés garde à droite, il faut leur faire exécuter un changement de garde en avant et ensuite face en arrière en exécutant comme ci-dessus.

Pour les six premiers exercices de la deuxième partie, en marchant et en rompant, les élèves restent face en avant.

Pour toutes les autres parties, on peut les faire exécuter par autant de groupes de deux élèves qu'on le désire, sous la surveillance d'un professeur qui indiquera chaque exercice.

DU COSTUME

§ 332. — Le vêtement le plus commode et le plus confortable est celui-ci :

Pantalon et chemise de flanelle, ou le maillot de laine en remplacement de la chemise. Ces vêtements absorbent la transpiration et ne refroidissent pas. Le pantalon doit être large des jambes, fermé par des boutons à partir du milieu du mollet, et

serré autour de la jambe de manière à pouvoir entrer un peu dans la bottine.

Une ceinture en tissu de caoutchouc, de cinq centimètres environ de largeur, a pour but de compléter le costume et de tenir le pantalon auquel sont adaptées des agrafes disposées à cet effet.

Toutes les ceintures larges ou raides qui nuisent à la souplesse des mouvements doivent être supprimées ; elles déterminent souvent de graves accidents herniaires (surtout chez les enfants).

Les bottines seront lacées, en peau glacée (dite peau de chien, ou chèvre du Cap), semelles légères plates et non cambrées, en cuir de buffle ou en caoutchouc mince. Cette chaussure est la seule qui convienne pour la boxe française. Le pied est bien maintenu et à plat, il ne peut glisser et la bottine ne peut s'échapper du pied, comme il arrive souvent avec les autres chaussures.

Les gants seront à manchettes, rembourrés en crin de première qualité, également en peau comme les bottines. Ce sont les seuls réellement pratiques à l'usage. Grâce à leur épais capitonnage, les coups ne sont pas à craindre, les doigts sont garantis des foulures produites par les coups de pied.

La peau de mouton chamoisée étant adhérente à la peau moite de la figure, et la déchirant facilement, il faudra l'exclure. Il en sera de même des gants rembourrés en varech ou avec des raclures de baleine qui deviennent bientôt très durs et paraissent être rembourrés avec des noix.

Les jambières sont nécessaires pour garantir les jambes aux tibias. Les plus confortables sont celles fabriquées en lames de jonc, recouvertes de peau, comme celles dont on se sert pour jouer au foot-ball.

DES ACCESSOIRES

§ 333. — Aux élèves qui auraient assez de volonté pour s'exercer seuls chez eux, nous conseillons l'usage du plastron à ressorts métalliques, ou le ballon en caoutchouc.

Le plastron sert à exercer les bras et les jambes sur un corps fixe, à apprendre à bien assurer ses coups de poing et ses coups de pied, et en même temps à exercer l'œil à l'appréciation de la distance.

Le plastron est tout simplement un petit sommier élastique de 90 centimètres de haut sur 45 de large, recouvert de peau, qu'on applique au mur, la partie supérieure placée à la hauteur de 1 mètre 70. Au dessous et pour représenter les jambes, on applique également au mur deux planches de 90 centimètres sur 12, fortement rembourrées sur les côtés et sur la face extérieure et recouvertes de peau. On laisse entre elles une distance de 20 centimètres. On peut d'ailleurs lui donner la forme que l'on veut, et le proportionner à la taille des élèves qui doivent s'en servir.

Les mesures ci-dessus sont pour hommes de 1 mètre 70.

Le ballon en caoutchouc sert plus particulièrement à s'exercer aux coups de poing sur un corps mobile (c'est une difficulté), il sert à apprendre à exécuter les retraites de corps et les esquives.

Il peut aussi servir à s'exercer aux coups de pied et apprendre à frapper sur un corps mobile, tout en maintenant son équilibre.

Le ballon, recouvert de peau de veau, doit être ovale et avoir 32 centimètres sur 22 de diamètre. A un anneau fixé à chaque extrémité du ballon, est également fixé un boudin en caoutchouc roulé de 20 millimètres de diamètre, sur 45 centimètres de longueur. A ces deux caoutchoucs est ajoutée une longueur de corde ou de courroie de cuir proportionnée à la distance qu'il y a entre le parquet et le plafond auxquels les deux extrémités de la corde doivent être fixées.

Les courroies de cuir sont plus commodes pour le fonctionnement.

FIN DE LA THÉORIE

POSTFACE

En écrivant ce livre nous n'avons en aucune façon la prétention d'avoir dit le dernier mot sur la boxe française. — Nous croyons, au contraire, avoir laissé beaucoup à faire à ceux qui viendront après nous. Il y a certainement des lacunes à combler, mais nous laissons ce soin aux générations futures, car dans l'étude de la boxe, elles trouveront à exercer amplement leur esprit et leur corps.

Ce livre n'est qu'un canevas, sur lequel le professeur peut broder à l'infini, exercer son initiative et donner libre cours à son intelligence.

Il y a toujours à apprendre et à créer pour arriver à la perfection; les plus savants n'ont pas encore pu l'atteindre. Aussi disons-nous aux jeunes : « Bon courage ! travaillez la boxe avec ardeur et persévérance; plus vous la pratiquerez, plus elle vous intéressera et vous finirez par trouver en elle un véritable charme. »

C'est pour nous un plaisir, que nous considérons comme un devoir, de planter ces quelques jalons d'après lesquels nos successeurs pourront marcher plus facilement dans la voie du progrès. Ils aideront à faire mieux connaître et à propager ce magnifique exercice, la boxe française, qui est sans contredit le plus beau et le plus utile.

Si nous n'avons pas réussi dans la tâche que nous nous sommes imposée, nous aurons du moins la satisfaction d'avoir rempli notre devoir, en facilitant aux nouveau-venus le moyen de faire le leur.

L'ART

DE LA

CANNE FRANÇAISE

NOTICE HISTORIQUE SUR LA CANNE [1]

I

La canne a toujours été considérée comme un instrument de défense, d'appui, ou de parade; elle a une origine tellement lointaine, qu'elle apparaît, jouant les rôles les plus divers dans l'histoire anecdotique de toutes les civilisations, empruntant toutes sortes de noms : simple roseau ici; jonc droit et ferme là; tantôt bâton noueux et grossier; tantôt bois travaillé, ivoire façonné, métal ciselé, etc. Écrire une monographie complète de la canne est chose difficile, pour ne pas dire impossible; l'entreprendre ici serait d'ailleurs s'exposer à répéter certaine particularité relative au bâton. La canne et le bâton se ressemblent à première vue, comme deux jumeaux, mais qui, en y réfléchissant, ne sont pour ainsi dire que cousins à la mode de Bretagne. Un exemple vaudra mieux que toutes les démonstrations : on donne du bâton à un valet, on frappe de sa canne son égal. Le bâton est un rustre, la canne vous a des airs de raffiné. Il y a pourtant canne et canne, et plus d'une canne pompeusement parée de ce nom n'est qu'un bâton mécontent de sa condition et désireux de paraître. La canne a remplacé l'épée que ceignaient nos aïeux; nous parlons, bien entendu, de la canne qui se porte à la promenade, embellie et façonnée, non pas selon le mérite de son possesseur. M. Prudhomme l'enrichit d'une pomme d'or, l'élégant y enchâsse des pierres fines, le tapageur y introduit un fleuret, le vieillard la dote d'un bec à corbin, le gandin lui met

---

(1) P. Larousse.

une bague d'argent, le rentier la coiffe de corne noire, et le bravache d'un chapeau de plomb pour en assommer quiconque frôlera ses moustaches.

II

La canne, qui ne daterait chez nous, si l'on en croit certains auteurs, assurément mal informés, que de l'usage qu'on a fait du jonc de l'Inde, est fort ancienne, disent les savants. Les Hébreux la nommait *kanch,* qui signifie également un roseau et une certaine mesure. D'où cette conclusion que les Hébreux se servaient de la canne. Pourquoi pas ? Ces verges de peuplier, de coudrier et de châtaignier que la Bible met aux mains de Jacob, la baguette de Moïse, qui devint un serpent et qui redevint baguette pour opérer des prodiges, ne sont à vrai dire que des cannes, insignes d'autorité le plus souvent, quoiqu'elles fussent moins travaillées que celles de nos compagnons du tour de France, de nos suisses d'église et de nos tambours-majors. Les Denon et les Champollion nous montrent la canne, plus ou moins symbolique, entre les mains des personnages égyptiens tracés sur les papyrus et parmi les hiéroglyphes des monuments du Nil. Dans l'énigme présentée par le Sphinx à Œdipe, la canne joue son rôle. Mais quoi ? Homère, le divin Homère qui n'avait qu'un bâton pour appuyer sa main tremblante, place dans celle de ses héros des cannes magnifiques, qu'il décrit sous le nom poétique de sceptres ; il a beau orner son splendide langage, le sceptre d'Ulysse, ce sceptre qui châtie les railleries du satyrique Thersite, n'est autre chose qu'une canne, une vraie canne qui servait de point d'appui et qui aidait à compléter ces nobles attitudes que les Grecs savaient si merveilleusement prendre ; l'extrémité supérieure de cette canne héroïque portait à son sommet l'image d'une divinité, emblème du pouvoir. Et qu'est-ce donc que le caducée de Mercure ? Diogène, dont le mobilier était des plus succincts, possédait, outre sa lanterne traditionnelle, une canne sans laquelle il ne marchait jamais ; mais cette

canne était moins richement montée que celle de tel philosophe moderne prenant le chemin de l'Institut, le nez enchâssé dans des lunettes d'or : ce n'était qu'un roseau. Nous nous rappelons avoir lu quelque part ce fait intéressant que tous les débris des monuments assyriens présentent des personnages armés d'une canne à tête recourbée, assez semblable à une de nos variétés de sticks. On assure également que c'est avec sa canne que le proconsul Papilius traça, 170 ans avant Jésus-Christ, autour d'Antiochus-Epiphane, roi de Syrie, le cercle resté proverbial. On dit encore que le scytale, ou bâton de commandement, dont le spartiate Eurybiade voulait frapper Thémistocle, qui présentait le dos en disant : « Frappe, mais écoute », n'était aussi qu'une canne, la canne des chefs grecs, dont le bâton du maréchal de France ne serait aujourd'hui que la tradition modifiée. Mais les savants ne doutent de rien, et ils vous décriront quand vous voudrez la canne de Jésus-Christ. Ne remontons pas si haut et restons en France.

III

La canne n'a repris véritablement que dans les temps modernes ses anciennes lettres de noblesse, dit le rédacteur de l'*Art du dix-neuvième siècle*. A la cour de Louis XII, le gentilhomme commença à déposer sa vaillante épée sur l'autel frivole de l'Amour : pour la première fois, il se promena la canne à la main, dans les riantes avenues plantées par Marie de Médicis ; cependant cette canne était encore une arme de guerre, on l'appelait *sarbacane ;* et, à l'aide de son tuyau creux, on s'en servait pour lancer aux dames des dragées entourées de devises ; néanmoins comme cette mode, vite adoptée par les muguets de la place Royale et du cours la Reine, n'était pas sans dangers pour les yeux des belles, qu'on mitraillait de cette façon, l'usage de la canne creuse fut défendu. Ce fut le roi Louis XIII qui, le premier, osa franchement retourner son sceptre vers la terre, et le convertir ainsi en une modeste canne en ébène, sans autre orne-

ment qu'une pomme d'ivoire, d'une configuration des plus simples et dont la monture ferait honte aujourd'hui au dernier de nos ouvriers. La canne de Louis XIV, plus historiée, plus fastueuse, était aussi d'ébène, comme celle des Condé, des Villars, des Luxembourg et des Créqui, ses illustres courtisans : la canne de Louis XIV appartient à l'histoire comme sa perruque. Celle du maréchal de Richelieu se distingua par sa splendide ornementation; c'était une canne sans pareille, qui excita, dès qu'elle parut, l'envie de tous; ce fut le signal d'une révolution dans la fabrication de cet appendice du costume, devenu d'une nécessité absolue; les fermiers généraux, les financiers rivalisèrent de luxe à cet égard, et l'on vit les cannes de La Popelinière et de Samuel Bernard valoir jusqu'à dix mille écus. Incrustées de pierres précieuses, sculptées, ciselées, travaillées avec un soin exquis, elles restèrent aux mains des grands et des riches; le peuple osait à peine porter un bâton grossier.

La canne indiquait, sinon la fortune, au moins l'aisance, et se promener la canne à la main, était le privilège d'un bon bourgeois de Paris. Mais les femmes ne voulurent pas laisser aux hommes le monopole de la canne; nous voyons les femmes de la Fronde, la duchesse de Montpensier en tête, se plaire à se servir d'une canne pour compléter leurs pittoresques et martiales allures. La canne de Mademoiselle est historique; elle était courte, sa tête était ornée de rubans aux couleurs de la Fronde; elle s'en servit pour donner le signal aux canons de la Bastille, qui tirèrent sur les troupes royales.

Une gravure du même temps, représentant une scène de la tragédie de *Mirame,* nous montre un des héros armé d'une canne, ni plus ni moins qu'un seigneur de la cour. C'est d'ailleurs en costume de cour que furent joués le *Cid, Cinna,* et toutes les tragédies de Corneille; les femmes, montées sur leurs hauts talons, plus grandes que les hommes, le buste rejeté en arrière, les cheveux crêpés et bouffants ou retombant en boucles sur la poitrine nue, s'avancent majestueuses et souriantes comme des déesses. Les hommes les attendent, appuyés sur leurs grandes cannes, campés fièrement, les jambes en dehors, le jarret tendu, les souliers couverts de nœuds éclatants. « Quand

je me représente La Rochois, cette petite femme qui n'était plus jeune, coiffée en cheveux noirs, armée d'une canne noire, avec un ruban couleur de feu, s'agitant sur un grand théâtre, qu'elle remplissait presque toute seule, et tirant des éclats de voix merveilleux, je vous assure que je frissonne encore », dit un des secrétaires de Lulli dans une *Histoire de l'académie de musique*. Les *Mémoires* de Saint-Simon sont là pour nous attester que le matériel des cannes, dans le grand monde de Louis XIV aussi bien qu'au théâtre, était nombreux.

Le duc du Maine succomba un jour à un coupable emportement. Comme il sortait de table, à Marly, avec des dames et des courtisans, il aperçut un valet gourmand qui, en desservant, glissait fruits et biscuits dans sa poche ; à l'instant il courut sur ce valet, et oubliant toute dignité, le frappa de sa canne, qu'il lui cassa sur les épaules. A la vérité, quelques coups avaient suffi pour la mettre en morceaux, car elle consistait en une très mince baguette. La canne joua donc un grand rôle dans l'histoire du costume sous l'ancienne monarchie ; mais il était réservé à l'époque du Directoire de voir se produire la canne des incroyables, affreux gourdin tourné en spirale, noueux, raboteux, aussi laid à voir qu'à porter, mais que l'homme à la mode ne pouvait se dispenser de faire élégamment tournoyer dans sa main, en marchant. Depuis l'Empire, où la canne en jonc et la badine jouirent de l'engouement de la mode, les cannes ont perdu de leur physionomie particulière. Chacun la porte suivant son goût ou sa fantaisie. Seul, Balzac se distingua par une canne énorme, dont la pomme, d'une grosseur démesurée, attirait le regard. Cette canne semblait être rivée à la main du grand écrivain, car il ne s'en séparait jamais.

IV

La canne est un des principaux attributs du compagnonnage. La plus grande injure que l'on puisse faire à un compagnon, c'est de lui arracher sa canne. Certaines sociétés de compagnon-

nage portent des cannes courtes; d'autres au contraire les ont fort longues; les premières sont pacifiques; les secondes, garnies de fer et de cuivre, sont guerrières ; on les pare les jours de cérémonie. Le compagnon qui, en se battant contre un autre compagnon, est parvenu à lui prendre sa canne est aussi fier de sa prouesse que l'est le soldat qui a pu s'emparer d'un drapeau. Dans la cérémonie du mariage ou du décès d'un compagnon, la canne joue un rôle important : tantôt on la place à terre d'une certaine façon, tantôt on la tient haut. Au moment du départ d'un compagnon pour son tour de France, la canne est portée par le rouleur, sur l'épaule, et tous les autres compagnons la portent, la main haute, de manière à marcher avec; cette canne est alors élégamment enrubannée aux couleurs de la société. L'adoption de la canne dans le compagnonnage a pour principe un hommage rendu à l'un des trois fondateurs, maître Jacques, qui fut assassiné 989 ans avant Jésus-Christ, et auprès duquel on trouva, après sa mort, un jonc comme moyen de défense.

La canne peut aussi être considérée comme une arme, un instrument de combat : la constitution de Charlemagne, insérée dans la loi des Lombards, ne permettait le duel qu'avec la canne; plus tard, la féodalité lui a substitué le fer; les gentils-hommes combattaient alors avec leurs armes, les vilains avec la canne. On appelait *jeu de cannes,* au temps des croisades, une espèce de tournoi où l'on se servait, au lieu de lances, de bâtons légers ou de cannes de jonc. Les coups de canne étaient sévèrement punis par nos anciennes lois. Une ordonnance des maréchaux de France de 1653 punit d'une année de prison un coup de canne, ou de 3,000 livres applicables à l'hôpital voisin, outre le pardon demandé à genoux par l'agresseur. La loi des Frisons ne donnait qu'un demi-sou de composition à celui qui avait reçu l'outrage. La loi salique accordait, en pareil cas, trois sous, et quinze si le sang avait coulé.

Chez les Chinois et chez les Turcs, la canne est un instrument de supplice. En Angleterre, en Autriche, en Prusse, c'est encore, de nos jours, la régulatrice de la discipline militaire. Le sergent allemand ne se fait pas faute de donner des coups de canne aux conscrits dont la tête est trop rebelle aux beautés de

la théorie et aux splendeurs de la charge en douze temps. Le fusil à aiguille détrônera-t-il le jonc instructeur? Nous le souhaitons. On sait quel rôle jouait la canne du grand Frédéric sur les épaules de ses valets et de ses pages.

Autrefois, les gardes de nuit de Londres, *watchmen,* étaient armés d'une énorme canne, appelée *club.* Dans *Roméo et Juliette,* Shakespeare met le cri : « *Club, club!* » dans la bouche des citoyens attirés par la querelle des valets des Capulets et des Montaigus. Aujourd'hui, les policemen de Londres sont armés d'un bâton assez court, dont ils touchent ceux qu'ils veulent arrêter. Dans les émeutes, ce diminutif de l'ancien *club* se transforme souvent en casse-tête. En Amérique, il paraît que la canne impose le respect. C'est le châtiment des hommes libres; la cravache est réservée aux esclaves. Dans l'Etat de New-York, une volée de coups de canne est considérée comme *assault and battery,* passible de l'amende et de la prison, tandis qu'une volée de coups de cravache n'est punie que d'une amende d'un schelling.

V

En France, la canne a été frappée d'une servitude honteuse à la porte des théâtres, des musées, des expositions publiques, et c'est là un abus contre lequel on ne saurait trop s'élever. Si l'on oblige le bourgeois à déposer sa canne au vestiaire, que n'oblige-t-on aussi le soldat à y laisser son sabre et son épée, armes bien plus dangereuses que ne peuvent l'être nos humbles et faibles badines? En effet, si l'on vit, à l'orageuse soirée du 22 mars 1817, que les faiseurs de calembours surnommèrent *la bataille des cannes,* joncs, bambous et rotins se lever pour ou contre l'auteur de *Germanicus,* on vit aussi briller des sabres. Or, depuis ce temps, les sabres continuent de pénétrer dans beaucoup de lieux publics, d'où les cannes ont été bannies impitoyablement.

Le premier *bureau des cannes* fut concédé à la mère des Seveste; on sait combien d'établissements de ce genre, pré-

lèvent maintenant sur nos porte-monnaie la dîme inévitable et cet impôt, que souvent aucun danger sérieux ne justifie, atteint riches et pauvres, car tous, nous portons la canne ; les dames même, depuis quelques années, cherchent à en faire revenir l'usage parmi elles, comme cela avait déjà été vu sous l'ancien régime. Les baigneuses de Trouville, les dames touristes, les dames du monde ou du demi-monde que Spa attire ou qui courent à Vichy dans la saison des bains, achèvent ainsi de se donner ces allures masculines qui ne vaudront jamais, aux yeux des honnêtes gens, les chastes manières de la femme épouse et mère. Un des magasins de Paris les plus en renom, montrait récemment une canne destinée à une des excursionnistes les plus connues de la société parisienne et dont le prix, 750 francs, aurait fait vivre pendant une année le ménage utile d'un paysan. Beaucoup moins remarquable toutefois par ce prix important que par le fini de son travail, cette canne était ornée de pierres fines enchâssées, groupées, assorties comme elles pourraient l'être dans un bijou, et de l'intérieur du tube jaillissait au besoin, à l'aide d'un ressort, une lame aiguë et forte, qui donnait à cette canne l'importance d'une arme puissante. Il n'y a qu'une amazone qui puisse porter un pareil instrument, une jolie créature ni mâle ni femelle. Nous ignorons si c'est à ce renfort inattendu des belles dames, que l'industrie des cannes doit d'être entrée récemment dans une période de prospérité relative. Nous ne parlons pas seulement des cannes qui se cotent 750 francs; ni de celles qui coûtent jusqu'à 2 ou 3,000 francs, sans ornement et par la valeur intrinsèque de la matière. On compte à Paris, s'il faut en croire le *Sport,* 250 marchands de cannes, y compris ceux qui vendent des fouets et ceux dont la spécialité est de garnir les cannes. Le chiffre de leur production et de leur vente s'est accru de près d'un tiers de 1863 à 1864, notamment pendant l'époque des bains de mer, où la plus belle moitié du genre humain, s'appliquant de plus en plus à imiter la plus laide, commença par porter le jonc. Les marchands de cannes se divisent en deux catégories : les détaillants et les marchands en gros, qui fabriquent ou préparent la matière première et s'occupent d'exportation. On

trouve ceux-ci groupés dans les rues Saint-Martin, Saint-Denis et Saint-Sauveur. « Cette industrie, dit M. Chapus, est l'une de celles dans lesquelles Paris reste sans rival. La supériorité du travail parisien dans l'art de façonner une canne est tout à fait hors ligne. Il y a des cannes françaises dans tous les pays. Un de nos amis, célèbre touriste qui, comme Saint-Amand, a traversé deux fois le continent américain dans sa plus grande largeur, tant à pied qu'à cheval, a rencontré un *Peau-Rouge* porteur d'une canne de Paris, dont il était fort jaloux. D'où lui venait-elle ? Avait-il mangé le propriétaire de cette canne ? L'avait-il eu en présent ? Notre ami n'a jamais osé approfondir la chose. Il existe une grande variété de cannes. Les principales sont : le rotin, sorte de jonc à nœuds ; le bambou, dont les nœuds constituent la principale beauté ; la canne de jonc, jonc verni et jonc naturel ; on en fait en baleine, en chêne d'Afrique, en ébène, en ivoire, en buis, en églantier, en noyer, en épine sauvageot, en côte de palmier, en bois de fer, en bois des îles, en cornouiller, en bambou roulette, en olivier, oranger, grenadier, en nerf de bœuf, en cachalot, en raie de requin (épine dorsale), etc. Il va sans dire que leurs formes, aussi bien que leurs façons, se modifient à l'infini et selon l'usage qu'on veut en faire. Il y a la canne bec à corbin, la canne à crochet chiffonnier, la canne à croche cintrée, la canne plombée, la canne à poignard, la canne à épée, la canne à lance, la canne ombrelle, la canne parapluie, la canne major, la canne hallebardière, la canne compagnon, la canne ferrée à glace, pour les montagnes, et aussi la canne dont se servent actuellement les dames émancipées et à laquelle manque encore une dénomination pittoresque. Elle se fait actuellement en sauvageot et porte 1 mètre 20 de hauteur.

Considérée comme objet de luxe, de mode et d'élégance, nous avouons, écrit le rédacteur en chef du *Sport,* M. Chapus, nous avouons ne pas faire grand cas de la canne. Nous la répudions complètement pour l'usage de la femme, parce que la canne est un maintien et que les femmes ne devraient jamais en chercher d'autres que dans les harmonies spontanées de leur personne. Qu'un monsieur porte une canne lorsqu'il ne sait que faire de

ses bras et de ses mains, cela se conçoit ; la canne est pour lui ce qu'est le cigare à ses lèvres : une contenance. Cela le sauve parfois d'une gaucherie que souvent la prétention augmente. La femme, au contraire, pour être charmante de tenue, n'a besoin d'aucun auxiliaire. Elle doit seulement éviter de se préoccuper de l'effet qu'elle va produire; la nature fera alors tous les frais de sa tenue; elle sera toujours gracieuse, à la condition d'être elle-même.

Comme moyen de défense, le maniement de la canne est devenu un art. Il est difficile de douter de la puissante efficacité d'un mode de défense à l'aide duquel un homme habile parvient à distribuer autour de lui de cent-soixante à cent-quatre-vingts coups de canne en quarante secondes. Un bâtonniste armé de sa canne n'est en danger que devant le projectile d'une arme à feu; ni l'épée, ni la baïonnette, ni même l'espadon ne saurait l'arrêter. La science de la canne se professe dans les cours où l'on apprend à exécuter les voltiges, c'est-à-dire les coups donnés en marchant; la *rose couverte,* c'est-à-dire un mouvement de rotation tellement rapide, imprimé à la canne, autour de la tête, que cette partie du corps se trouve abritée sous un casque impénétrable.

Parmi les plus éminents professeurs de canne, il faut citer : Lecour, Leboucher, Loze, Michel Pisseux, Jacou, Trencart, Vigneron, etc., qui ont joint à cette démonstration celle de la boxe et du bâton.

VI

La première canne à pêche du premier homme a dû être son bras étendu; mais, en sa qualité d'animal raisonnant, l'homme a dû bien vite remarquer que l'hameçon d'épine dont il se servait, tombait trop près du bord. Peut-être aura-t-il voulu faire parvenir cet hameçon au delà d'une bordure de roseaux, voisine de la rive, et pour cela, aura-t-il attaché la ligne à l'extrémité d'une branche d'arbre. De cette canne primitive à la canne actuelle, la forme n'a pas changé : la matière seule a subi

des choix judicieux qui l'ont rapprochée de la perfection. Le but cependant était si près d'être atteint du premier coup, par le choix d'une jeune pousse de saule ou de coudrier, que cette canne primitive est de beaucoup la plus employée.

Un des plus grands progrès obtenus consiste en la substitution du roseau d'abord, aux cannes pleines, puis des bambous aux roseaux. On a importé d'Amérique le *noyer blanc* ou *hickory* qui jouit d'une grande élasticité, mais malheureusement présente trop de poids, ce qui le rapproche beaucoup de nos bois flexibles indigènes : le noyer, l'orme, le frêne et même le coudrier pour les cannes longues.

La difficulté de serrer dans les maisons de ville les grandes cannes à pêche faites d'une seule pièce, a conduit à inventer les cannes à plusieurs sections s'adaptant les unes aux autres par des viroles en cuivre. Ainsi coupée en cinq ou six morceaux, une canne cesse d'être embarrassante; mais l'ajustage de ces raccords demande à être fait avec d'autant plus de soin que les mouvements auxquels on soumettra l'instrument sont plus violents, ainsi qu'il arrive, par exemple, dans la pêche à la mouche.

La plupart des cannes actuelles sont construites en roseau; mais cette matière ayant le défaut de se fendre sous l'influence de la chaleur et de l'humidité, on prend soin d'exécuter, entre chaque nœud naturel, une ligature en fil de fouet ou de soie fortement enduit de poix et recouvert de peinture à l'huile ou de vernis. On a même imaginé, avec succès, de recouvrir toute la canne d'un ruban de fil tourné en spirales jointives, puis de la peindre et de la vernir. On a obtenu, de cette manière, de très bons et très solides instruments.

La partie de la canne à pêche, la plus délicate et la plus difficile à bien faire, est le scion.

On se sert aussi pour la pêche, tant en mer qu'en eau douce, d'un instrument auquel on a donné le nom de canne fixe. La méthode employée consiste à poser sur le rivage un certain nombre de cannes, portant immergées des lignes que l'on surveille toutes à la fois. En mer, cette pêche peut s'exécuter du haut des roches surplombantes; en eau douce, dans les endroits

où l'eau est dormante et tranquille. L'avantage de placer en même temps plusieurs cannes augmente naturellement les chances de prises, mais charge le pêcheur d'un bagage plus embarrassant.

Cette pêche doit être rangée dans la catégorie de celles dites de fond, qu'on ne peut exercer qu'en payant une licence, dans les endroits affermés. Elle sert à prendre les plus gros poissons. Chaque canne est soutenue par une petite fourche sur laquelle elle repose, tandis qu'un crochet, également enfoncé en terre, et passant sur la canne, près du talus, l'empêche de basculer et maintient sa pointe suffisamment relevée.

VII

Les curieux qui collectionnent tout, jusqu'à des boutons de guêtres, devaient naturellement songer à collectionner des cannes, principalement des cannes ayant appartenu à d'illustres personnages. Henri Beer, frère du grand maëstro Meyerbeer, celui-là même qui avait accumulé des affiches de spectacle et de concert de Berlin, avait une collection de cannes, rivale du petit musée des curieux de l'Anglais Steer. Disons tout bas que le pauvre Henri Beer est mort fou et ruiné, une canne dans chaque main. Parmi les reliques de ce genre, on cite la canne de Voltaire, celle du grand Frédéric, celle de Washington qui atteignit aux enchères la somme de mille dollars (5,000 francs). On sait que la canne du patriarche de Ferney a été tirée à plusieurs milliers d'exemplaires, et que chacun des amateurs qui ont pu se procurer un de ces exemplaires, est intimement persuadé qu'il possède la vraie. Quant à la canne de Balzac, rendue célèbre par le récit de Mme de Girardin, et dont on s'est beaucoup entretenu jadis, nous ne pourrions dire si quelque Henri Beer heureux la possède sur ses étagères.

La canne de M. de Balzac, roman par Mme Émile de Girardin (Paris 1836). Mme Émile de Girardin s'est plu, on le sait, à retourner dans tous les sens, en vers et prose, et toujours avec la

grâce et l'esprit qu'on lui connaît, ces deux propositions : *Le bonheur d'être belle et le malheur d'être beau.*

Quel bonheur d'être belle alors qu'on est aimée !
Autrefois de mes yeux je n'étais pas charmée :
Je les croyais sans feu, sans douceur, sans regard ;
Je me trouvais jolie, un moment, par hasard.
Maintenant ma beauté me paraît admirable ;
Je m'aime de lui plaire et je me crois aimable....

Dans ce roman, *c'est le malheur d'être beau* qu'elle s'attache à démontrer. Tancrède, le héros, est doué de toutes les grâces corporelles, et il vient avec son regard splendide, son charmant sourire demander :

Au banquet de la vie infortuné convive,

une petite place, si petite qu'elle soit. En d'autres termes, il cherche un emploi. « Vraiment, mon cher, je serais charmé de vous offrir une petite place dans ma maison, dit un banquier, mais vous êtes trop beau garçon. J'ai certaine fille romanesque et dont le cœur commence à prendre des ailes ; vous me faites peur. Adressez-vous à mon voisin. — Ah ! monsieur, dit l'autre, vous feriez bien mon affaire, mais ma femme m'a défendu de vous rendre service. Et une autre personne de la maison, qui a beaucoup d'influence sur la dame, et qui n'est pas le mari, dit tout bas aussi : « Vous me faites peur ; adressez-vous au voisin. » Et, de voisin en voisin, voilà ce qu'on lui dit, ou plutôt ce qu'on lui fait comprendre. Or, il est de par le monde une canne qui rend invisible : c'est la célèbre canne de M. de Balzac, celle sans doute qui lui servit à pénétrer si avant dans les arcanes de la conscience humaine. Grâce à sa persévérance et à quelques services rendus, Tancrède parvient à se procurer le précieux talisman. Et le voilà qui entre dans l'hôtel d'un ministre, qui monte avec l'homme d'État dans sa voiture et surprend l'accouchement laborieux de son éloquence. Pour lui, factionnaire, pas de consigne ! Pour lui, valets et huissiers, pas de portes fermées ! Miséricorde ! quel aplomb on a quand on n'est pas vu ! Ne voilà-t-il pas qu'il se glisse dans le conseil des ministres ? Mais chut ! à cet égard, notre homme est discret. Bref, Tancrède fait quel-

que peu fortune, et ce qui est regrettable, c'est qu'il a recours, pour cela, à des spéculations de bourse. Du reste c'est le seul abus qu'il fasse de son talisman. Vient ensuite le chapitre des amours, qui est ravissant. Tancrède a découvert le réduit d'une jeune fille poète, chaste, belle, un ange,

Que la Grèce eut jeté sur l'autel de Diane.

Cette jeune fille pleine d'ardeur et d'exaltation est cependant amoureuse. Elle aime... devinez qui?... son ange gardien. Et il va sans dire que c'est Tancrède qui remplit ce rôle. Ce rôle consiste à passer comme une apparition, comme une vapeur que le souffle emporte dans le fond de la chambre où reposait la jeune fille. Il arrive un moment, néanmoins, où Tancrède trouve que l'état d'ange gardien, quand on est amoureux, devient insuffisant; il revient à la réalité et se marie.

Nous n'osons croire que notre aride récit puisse donner une idée de cette histoire, où pétille l'esprit, où la grâce abonde, ainsi que la poésie. Nous avions une fleur à analyser, et il nous a fallu l'effeuiller. Contentons-nous d'en avoir fait pressentir le parfum.

Cette canne de M. de Balzac, que Mme de Girardin a chantée, a conservé quelque chose de la célébrité de son propriétaire. Elle portait un anneau d'or; cet anneau d'or avait été envoyé à Balzac par une main restée inconnue, il y avait dans cet anneau une chevelure blonde, épaisse et qui sentait la jeunesse, avec cette inscription : *Devinez*. Le grand romancier qui recevait tant de lettres, de cheveux et de billets doux, n'a jamais deviné; mais sa canne ne le quittait pas, et Jules Janin a raconté quelque part comment l'auteur des *Parents pauvres* présentait sa canne à l'éventail de Mlle Taglioni : « La canne et l'éventail se baisaient également sur l'une et l'autre joue. — Es-tu charmant assez! disait la canne à l'éventail. — Es-tu charmante et glorieuse! répondait l'éventail. » Jules Janin, qui a tant médit autrefois du talent de Balzac, devait bien cette anecdote à la mémoire du romancier.

INTRODUCTION

La canne et la boxe française sont deux exercices qui se complètent l'un par l'autre et devraient être enseignés de pair. Ils sont pour la défense d'une utilité immédiate, incontestable; car, de même qu'on a toujours ses poings et ses pieds à sa disposition, de même on a presque toujours une canne avec soi; et il n'y a pas d'arme plus redoutable, plus terrible, qu'une bonne canne entre les mains de qui sait la manier. L'homme ainsi armé, peut sans crainte, non seulement faire face à plusieurs assaillants, fussent-ils munis de poignards, de couteaux ou d'armes quelconques tenus à la main, mais il peut encore se défendre avantageusement contre tout animal dangereux qui viendrait l'attaquer.

Malheureusement, si beaucoup de gens comprennent l'utilité de l'art de la canne et se rendent compte qu'un homme jeune ou vieux, d'un poids même léger, sans une grande force musculaire, peut, au moyen de cette arme, porter des coups beaucoup plus violents qu'avec ses pieds ou ses poings et tenir en respect plusieurs adversaires plus forts que lui, bien rares sont ceux qui le pratiquent ou se doutent que c'est un exercice des plus faciles à apprendre, qui demande peu de temps pour être bien su et qui n'exige pas, comme l'escrime et la boxe, d'aptitudes spéciales.

C'est pour répandre le goût de cet art excellent et utile et tâcher de le bien faire connaître, que nous avons écrit le présent traité. Nous le livrons au public avec l'intime conviction que sa lecture lui sera profitable, et nous sommes certains que s'il veut suivre avec soin nos conseils et les mettre en pratique, il en retirera sans tarder des avantages inappréciables. C'est là du moins notre vœu le plus cher.

Nos devanciers : Michel, dit Pisseux, Larribeau, Leboucher, Lecour, Trencart, Jacou, Loze, Foucart, Vigneron qui, les premiers, ont posé les principes de l'enseignement de la canne, en resteront toujours les maîtres incontestés, et nous n'avons cessé de nous inspirer de leurs leçons. Mais si nous les suivons avec reconnaissance dans ce qu'ils nous indiquent de bon, nous sommes cependant obligés de critiquer certains de leurs coups que nous ne regardons pas comme suffisamment sérieux : par exemple, les brisés dont ils se servaient comme coups de tête, les enlevés pour les coups de manchettes en dessous *(coups portés de devant* par le poignet), les fouettés, les coups de bout volant, etc.

Ces différents coups sont, à notre avis, absolument nuls au point de vue de la défense, car ils sont frappés soit en laissant la main entr'ouverte, soit *de devant* avec le bras presque allongé et en n'utilisant que la force du poignet et de la main. Or, il n'est pas besoin de grandes explications pour démontrer qu'une canne qui ne coupe, ni ne pique, comme le sabre par exemple, ne peut produire de résultat sérieux qu'en frappant très fort, résultat impossible à obtenir avec les seules flexion et extension du poignet.

Combien plus logique et plus dangereuse pour l'adversaire est la manière de tirer la canne *par développement,* à pleine main fermée, c'est-à-dire en mettant en action comme agents de projection : l'épaule, le bras, l'avant-bras, le poignet et la main ! Les coups viennent ainsi de plus loin et leur puissance s'augmente autant de la distance que de la vigueur de tous les muscles, mis en jeu pour les produire. On ne s'imagine pas à quel point peut être terrible un coup porté dans ces conditions ! Le bras est fléchi et retiré en arrière, le plus loin possible, la canne décrit un arc de cercle rapide, et, lorsque, bien dirigée, elle s'abat sur l'adversaire qu'elle vise, elle le met presque toujours hors de combat, car les mouvements combinés du recul de l'épaule, de la détente du bras et du poignet, contribuent à augmenter la vitesse du parcours de la canne et par conséquent la force du coup qu'elle porte.

C'est là le principe, nous pourrions même dire le secret de

notre enseignement, que nous nous sommes efforcé de mettre utilement en pratique dans la suite de ces leçons. Sans doute, nous utiliserons les brisés et les enlevés de nos anciens maîtres; mais nous ne leur demanderons que d'assouplir nos poignets et de nous faciliter le maniement de la canne.

Par notre principe, au contraire, nous apprendrons à nous défendre et à lutter victorieusement, car, nous l'avouons sans prétention et sans vanité, il est supérieur à tout autre.

L'AUTEUR.

EXERCICE DE LA CANNE

Le cours de canne est divisé en quatre parties :

1° *Exercices préliminaires sur place ;*
2° *Évolutions dans le vide, en marchant et en rompant et sur quatre faces ;*
3° *Exercices contre un adversaire, attaques, parades et ripostes ;*
4° *Coups particuliers. — L'assaut.*

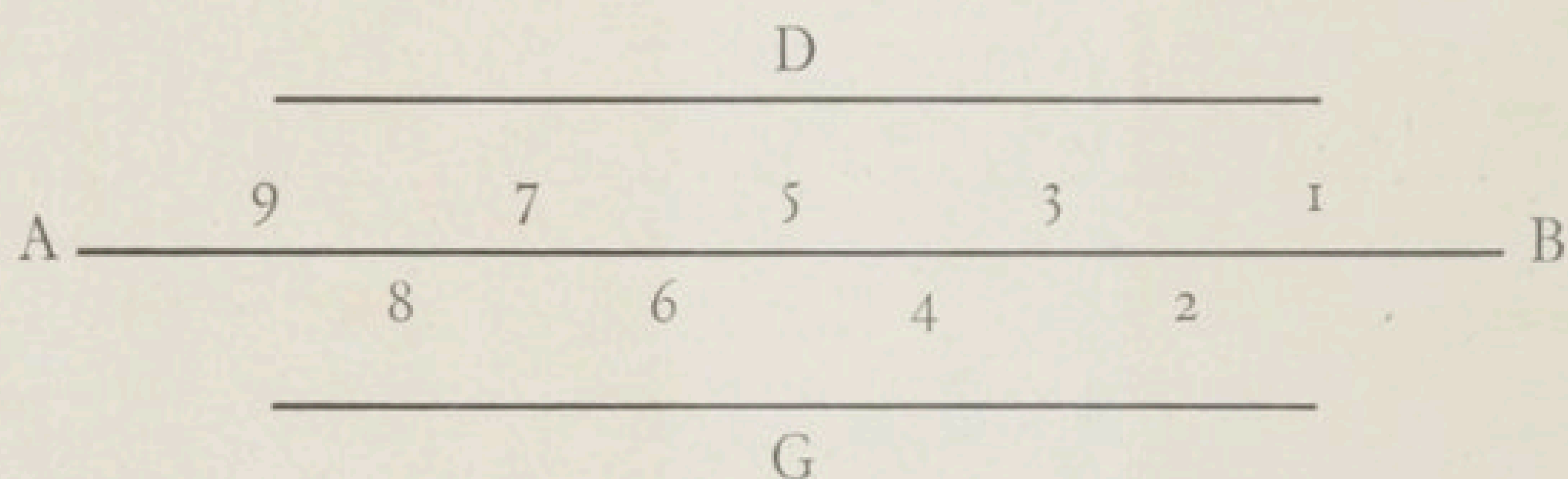
Notre théorie comprend huit coups principaux :

1° *Le coup de figure tierce ;*
2° *Le coup de figure quarte ;*
3° *Le coup de flanc tierce ;*
4° *Le coup de flanc quarte ;*
5° *Le coup de jambe tierce ;*
6° *Le coup de jambe quarte ;*
7° *Le coup de tête ;*
8° *Le coup de bout.*

Pour la parfaite intelligence des exercices qui vont suivre, nous avons cru utile de tracer une figure composée de trois lignes parallèles ; une médiane sur laquelle est échelonnée une série de chiffres de 1 à 9, espacés de 45 centimètres environ, une parallèle de droite D et une parallèle de gauche G.

A l'une des extrémités de cette médiane, la lettre A indique l'avant du corps et la lettre B l'arrière du corps.

Il suffit, pour suivre avec facilité ces exercices, de dessiner à terre une figure semblable à celle-ci :



La distance d'un chiffre à l'autre doit être réglée d'après la taille des élèves. Ainsi on peut prendre comme moyenne 45 centimètres environ pour un élève de 1 mètre 65, diminuer pour la taille au-dessous et augmenter pour celle au-dessus.

PREMIÈRE PARTIE

Exercices préliminaires sur place

POSITION DE REPOS

§ 1. — Il faut placer le pied gauche à plat et en travers sur B, la pointe dirigée sur G, le pied droit en avant du pied

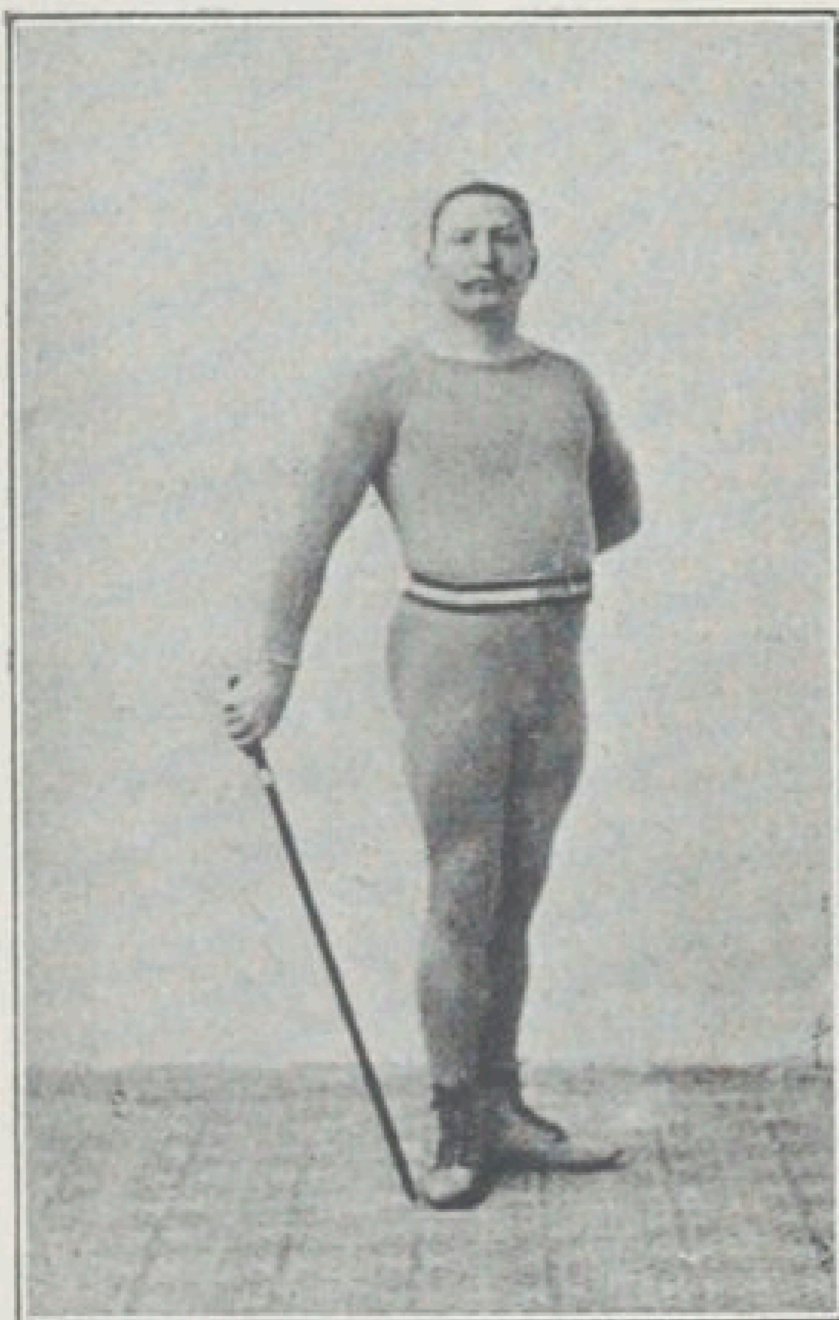


Fig. 1. — Position de repos

gauche, la pointe dirigée en avant vers A, le derrière du talon touchant le côté intérieur du talon gauche. Les jambes doivent être tendues sans raideur, l'épaule droite en avant, la gauche en arrière, le bras gauche légèrement fléchi en arrière du corps, la main fermée et placée à hauteur des reins; la canne dans la

main droite fermée, le petit bout reposant à terre à 10 centimètres environ à droite de la pointe du pied droit, la main écartée à droite du corps, le bras presque tendu.

DE LA GARDE

§ 2. — Il y a deux sortes de garde : la première, pour les exercices d'évolutions contenus dans la deuxième partie. La seconde pour les exercices d'attaques, parades et ripostes contenus dans la troisième partie.

L'explication de ces deux gardes sera faite au commencement de chacune des deux parties indiquées ci-dessus.

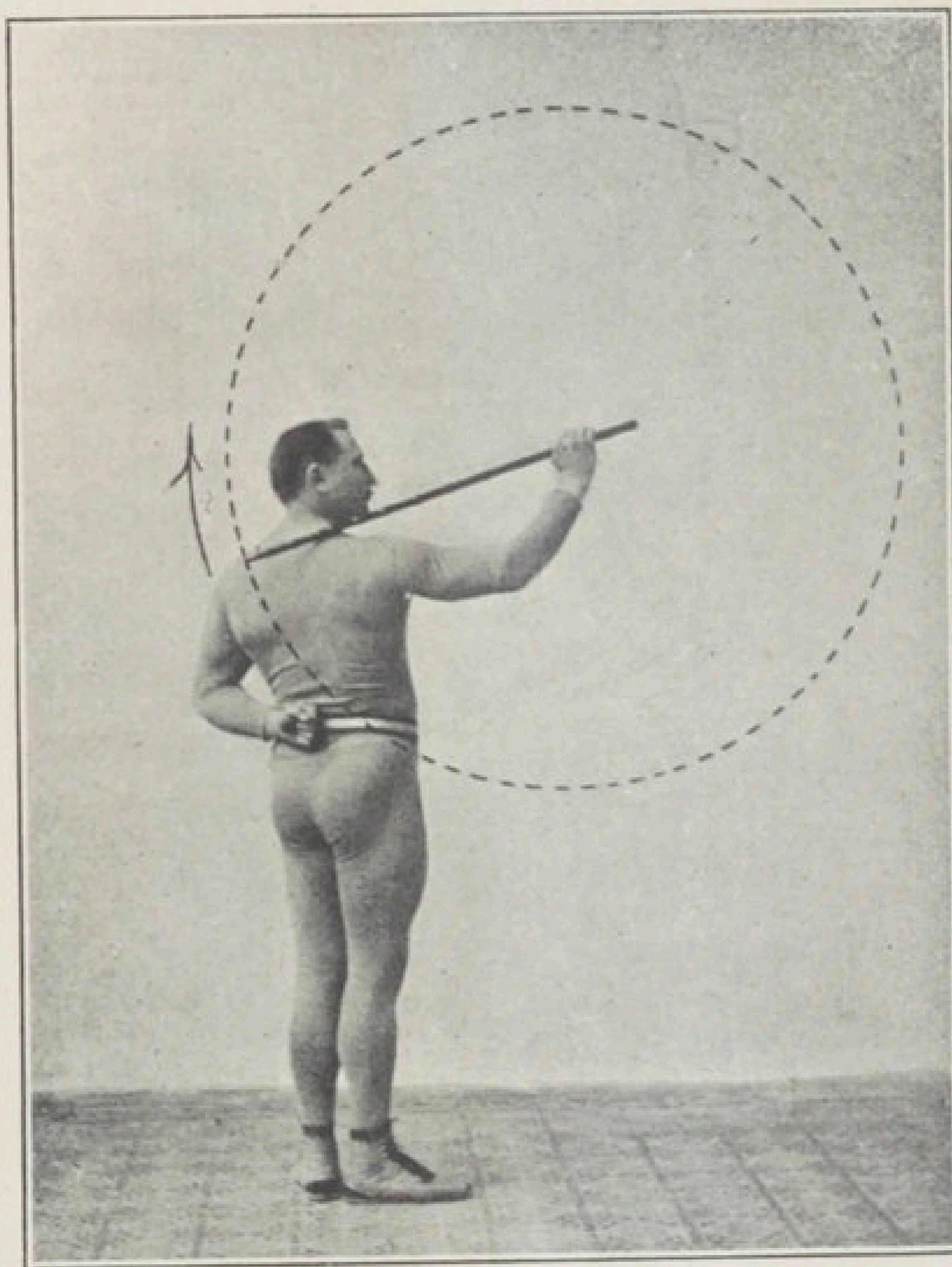


FIG. 2. — Moulinet latéral et vertical en avant à droite

Moulinet latéral et vertical en avant à droite

§ 3. — Étant dans la position de repos, il faut placer la canne sur l'épaule droite, le bras droit allongé en avant, mais un peu

fléchi, la main à hauteur de la figure; ensuite, le bras ainsi placé, imprimer avec élan, au poignet, un mouvement de rotation d'avant en arrière à droite, facilité par la souplesse des doigts et une légère flexion du bras, de manière que le petit bout de la canne décrive un cercle latéral et vertical d'avant en arrière, sur le côté droit du corps. (Voir fig. 2.)

Il faut continuer ce mouvement et en augmenter la vitesse à mesure qu'il est mieux compris.

Dans ce mouvement, les doigts sont constamment tournés en dessus.

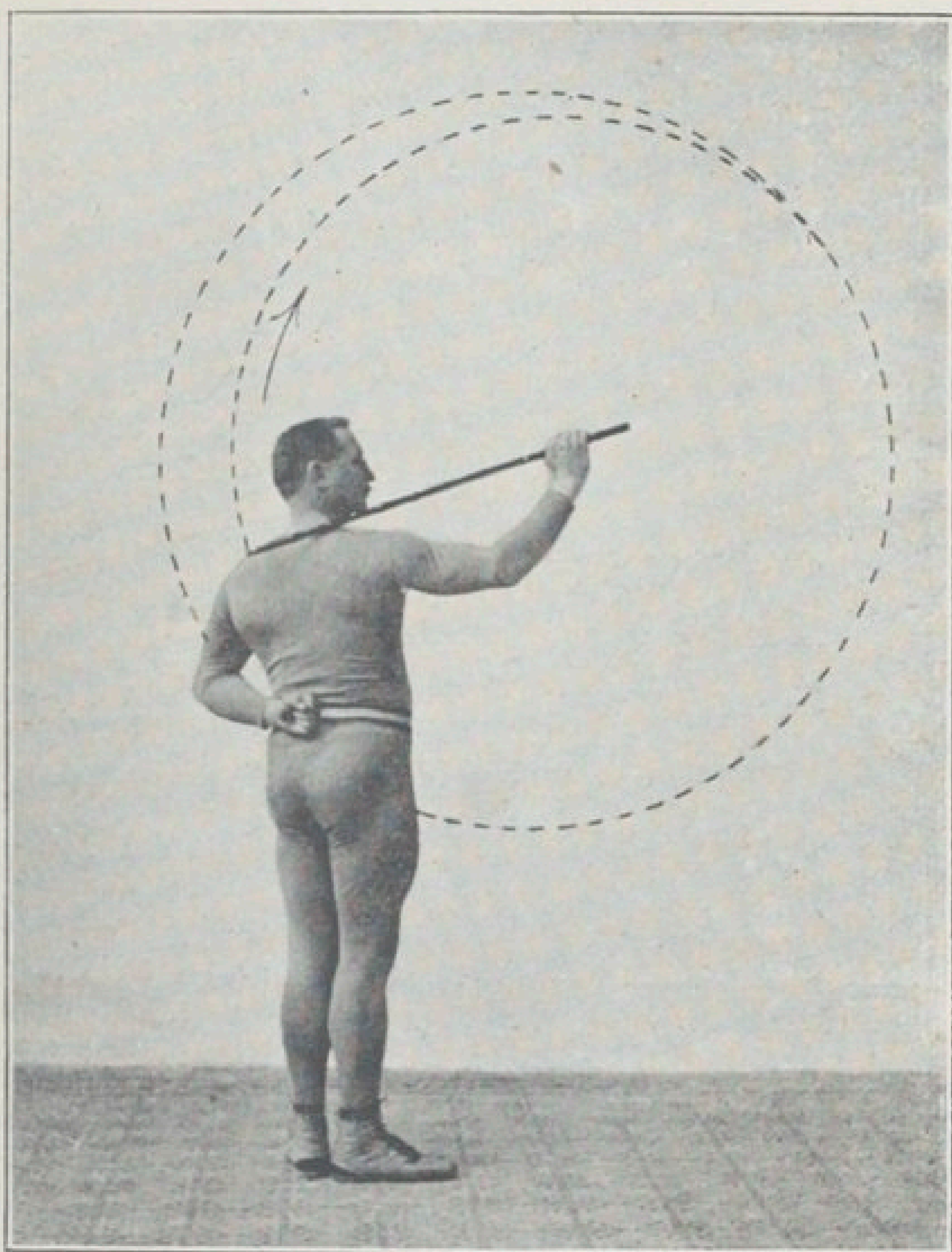


FIG. 3. — Moulinet latéral et vertical en avant à gauche

Moulinet latéral et vertical en avant à gauche

§ 4. — Ce moulinet s'exécute d'après les mêmes principes que le précédent, mais il faut donner l'impulsion en avant et à gauche, de manière que la canne décrive son cercle latéral et

vertical d'avant en arrière sur le côté gauche du corps. (Voir fig. 3.)

Il faut continuer ce mouvement et en augmenter la vitesse à mesure qu'il est mieux compris.

Dans ce mouvement, les doigts sont constamment tournés en dessous.

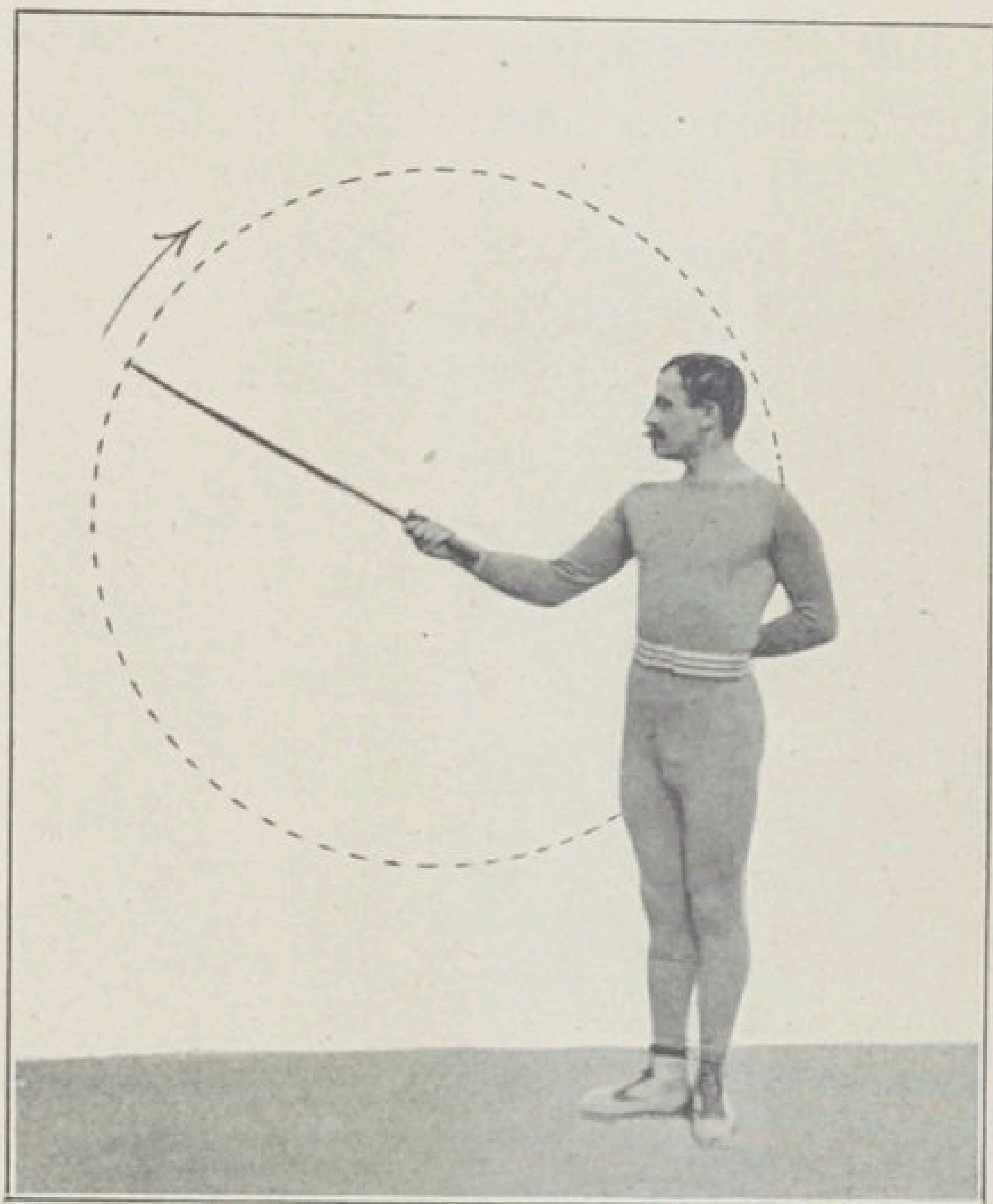


Fig. 4. — Moulinet latéral et vertical en arrière à droite

Moulinet latéral et vertical en arrière à droite

§ 5. — Étant placé dans la position de repos, il faut allonger le bras droit horizontalement en avant, mais un peu fléchi, la main à hauteur de l'épaule, les doigts tournés en dessus, la canne placée sur le prolongement du bras, le petit bout dirigé en avant ; ensuite, ainsi placé, imprimer avec élan, au poignet, un mouvement de rotation d'arrière en avant, facilité par la souplesse des doigts et une légère flexion du bras, de manière que le petit bout de la canne décrive un cercle latéral et vertical, d'arrière en avant, sur le côté droit du corps. (Voir fig. 4.)

Il faut continuer ce mouvement et en augmenter la vitesse à mesure qu'il est mieux compris.

Dans ce mouvement, les doigts sont constamment tournés en dessus.

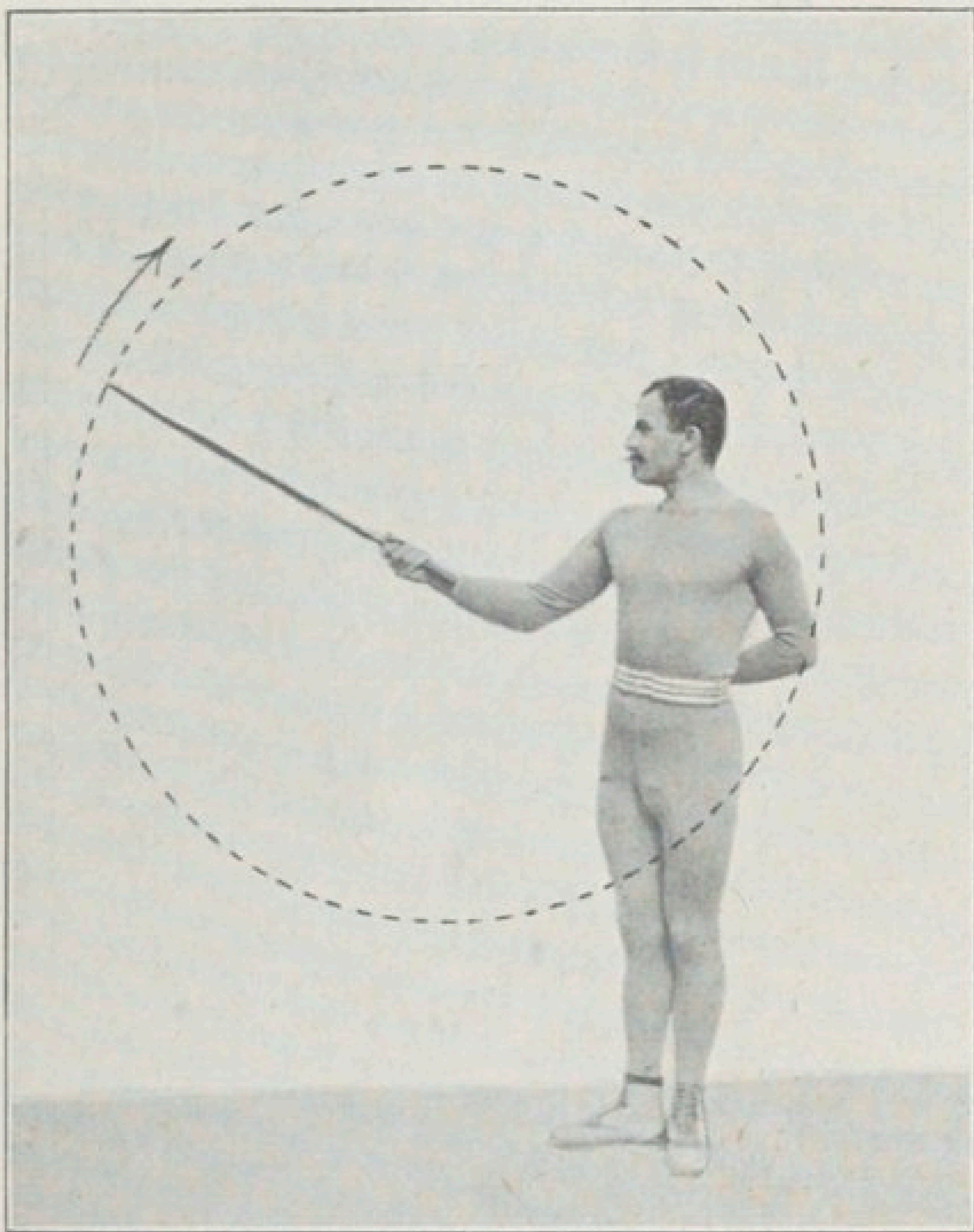


Fig. 5. — Moulinet latéral et vertical en arrière à gauche

Moulinet latéral et vertical en arrière à gauche

§ 6. — Ce moulinet s'exécute d'après les mêmes principes que le précédent, mais il faut donner l'impulsion en arrière à gauche, de manière que la canne décrive son cercle latéral et vertical d'arrière en avant sur le côté gauche du corps. (Voir fig. 5.)

Il faut continuer ce mouvement et en augmenter la vitesse à mesure qu'il est mieux compris.

Dans ce mouvement, les doigts sont constamment tournés en dessous.

BRISÉS

§ 7. — Les brisés sont composés de moulinets en avant à droite et à gauche, indiqués dans les §§ 3 et 4.

On exécute d'abord un moulinet en avant à gauche, puis sans s'arrêter un moulinet en avant à droite et ainsi de suite.

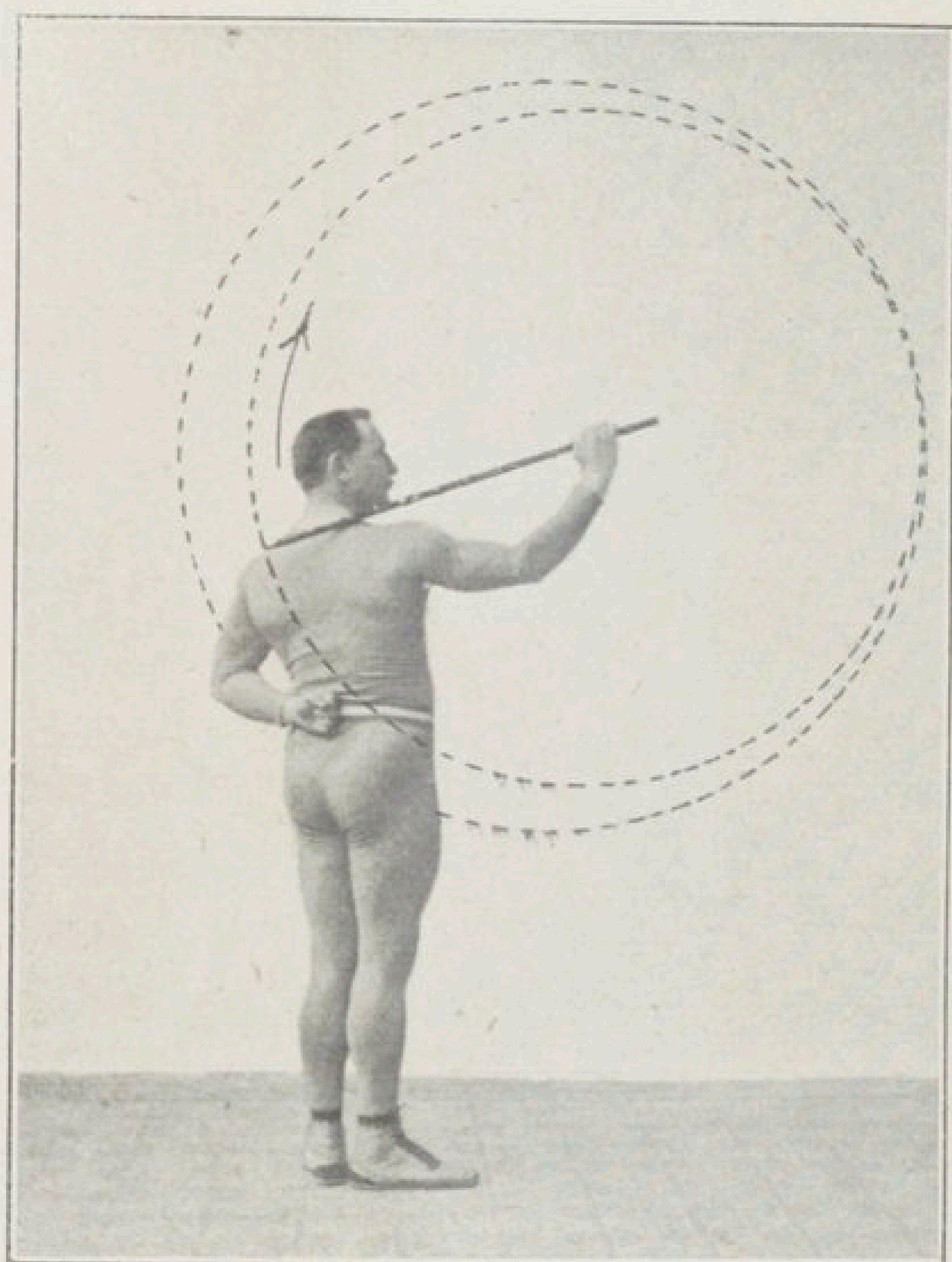


FIG. 6. — Brisés

Pour exécuter les brisés étant dans la position de repos, il faut exécuter ce qui est prescrit pour le moulinet latéral et vertical en avant à gauche ; lorsque la canne partant de dessus l'épaule droite aura terminé son cercle à gauche, elle devra, sans revenir sur l'épaule droite, exécuter immédiatement et sans s'arrêter, ce qui est prescrit pour le moulinet en avant à droite, puis continuer ainsi de suite, de gauche à droite.

Le mouvement des brisés pendant son parcours, ressemble au mouvement qu'exécute la main en traçant un 8 en travers dont

les boucles passeraient de chaque côté du corps. Celui des enlevés est absolument le même, mais en traçant le 8 par le mouvement inverse.

Observation. — Ne considérant les brisés que comme des mouvements de la plus pure fantaisie, nous ne nous en servirons pas comme coups, mais simplement comme exercices pour faciliter le maniement de la canne.

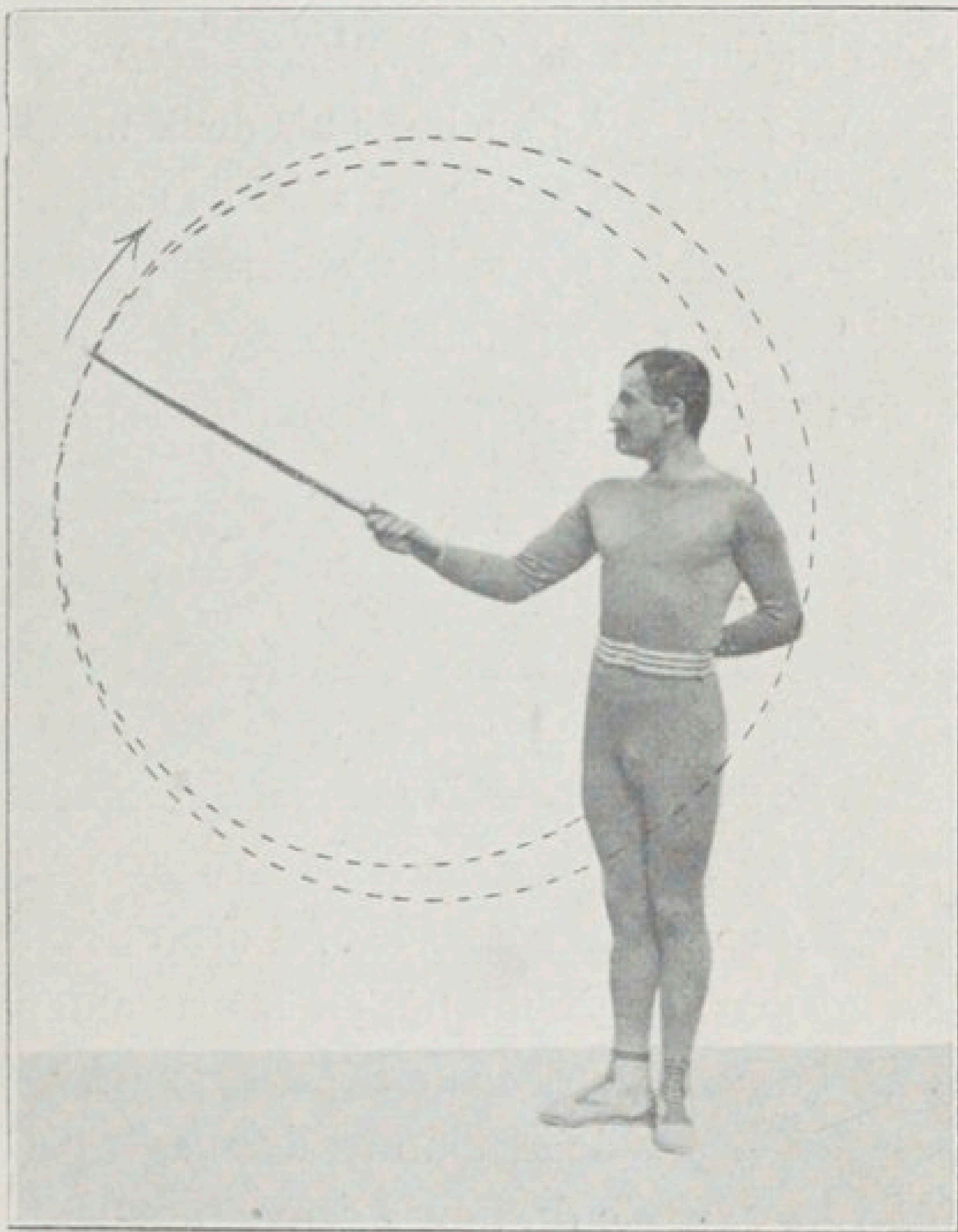


Fig. 7. — Enlevés

ENLEVÉS

§ 8. — Les enlevés sont composés de moulinets en arrière à droite et à gauche, indiqués dans les §§ 5 et 6.

On exécute un moulinet en arrière à gauche, puis sans s'arrêter un moulinet en arrière à droite et ainsi de suite.

Pour exécuter les enlevés, étant placé dans la position de repos, il faut exécuter ce qui est prescrit pour le moulinet latéral et vertical en arrière à gauche et sans s'arrêter, exécuter immé-

diatement ce qui est prescrit pour le moulinet en arrière à droite, puis continuer ainsi de suite de gauche à droite.

DOUBLE BRISÉ, DOUBLE ENLEVÉ

§ 9. — Pour exécuter les brisés doubles, il faut exécuter deux moulinets successifs en avant à gauche puis deux moulinets successifs en avant à droite, et continuer ainsi de suite.

Pour exécuter les enlevés doubles, il faut exécuter deux moulinets successifs en arrière à gauche, puis deux moulinets successifs en arrière à droite et continuer ainsi de suite.

Observation. — Ne considérant les enlevés que comme des mouvements de la plus pure fantaisie, nous ne nous en servirons pas comme coups, mais simplement comme exercices pour faciliter le maniement de la canne.

Moulinet horizontal en avant à gauche (tierce)

§ 10. — Deux mouvements. — Étant placé comme il est prescrit pour la position de repos.

Premier mouvement : Il faut passer le bras droit devant le corps et placer la canne derrière la nuque, en la passant par dessus l'épaule gauche, la main placée sur l'épaule gauche, les doigts tournés en dessous, le dos de la main en dessus, le petit bout de la canne dirigé vers l'épaule droite, la canne touchant la nuque, le coude en avant du menton.

Dans cette position, la main, le coude et le petit bout de la canne sont placés horizontalement, la canne derrière le cou au-dessus et à hauteur des épaules. (Voir fig. 8.)

Deuxième mouvement : Détendre le bras droit de toute sa longueur horizontalement en avant, les doigts toujours tournés en dessous et le dos de la main en dessus.

Dans cette position et pour continuer le même moulinet :

Deux mouvements. — *Premier mouvement :* Tourner la main le dos en dessous, les doigts en dessus, ployer le bras droit en ramenant la main à gauche et à hauteur du sommet de la tête,

le petit bout de la canne dirigé vers l'épaule droite, de manière à passer la canne horizontalement au-dessus et derrière la tête, la canne touchant la nuque.

La main sur l'épaule gauche, le dos en dessus, les doigts en dessous.

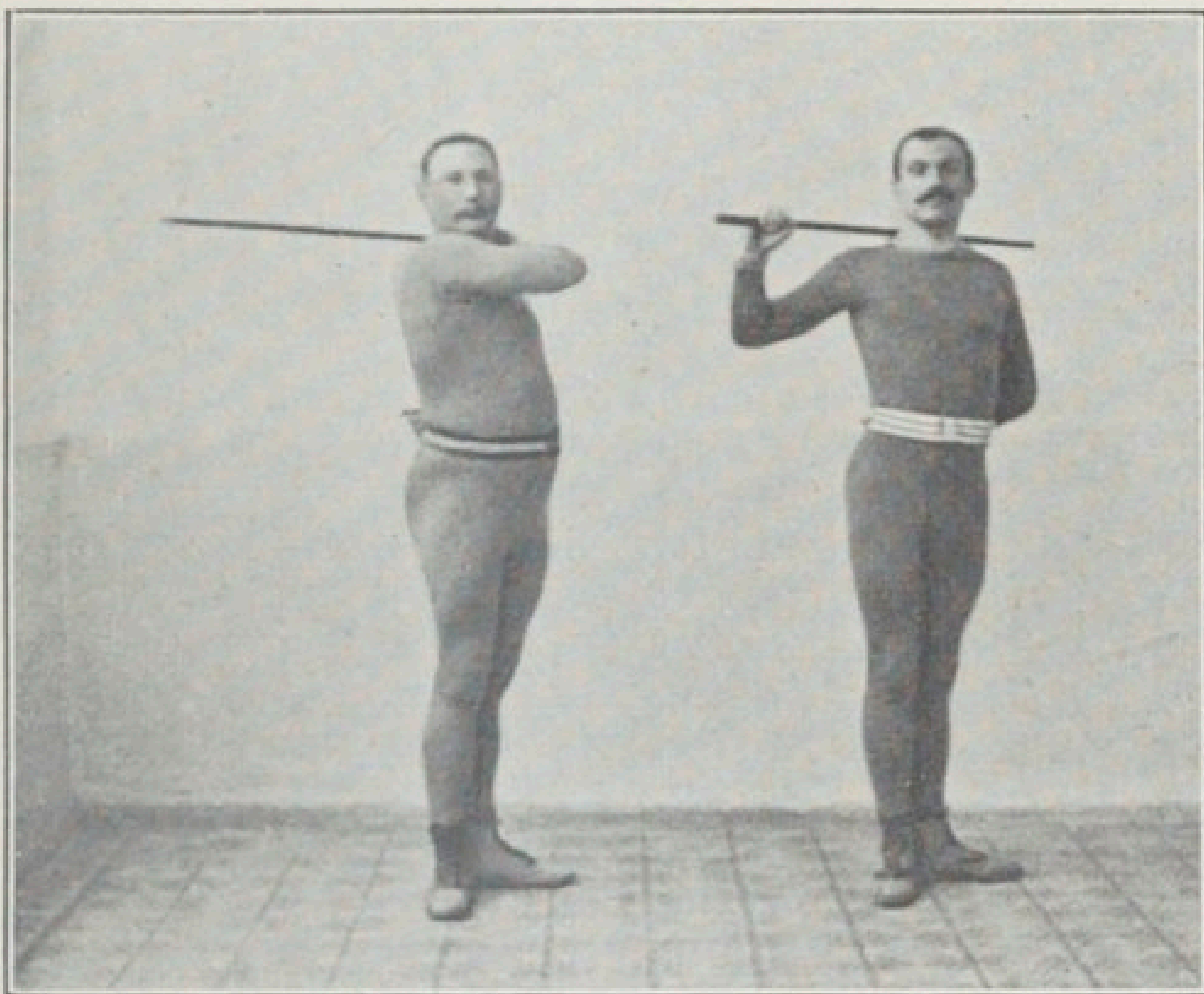


Fig. 8. — Moulinet horizontal en avant à gauche (tierce) Fig. 9. — Moulinet horizontal en avant à droite (quarte)

Deuxième mouvement : Détendre le bras droit de toute sa longueur horizontalement en avant, les doigts toujours tournés en dessous et le dos de la main en dessus.

Répéter plusieurs fois les mouvements précédents.

Moulinet horizontal en avant à droite (quarte)

§ 11. — Quatre mouvements. — Étant placé comme il est prescrit pour la position de repos. (Voir fig. 1.)

Premier mouvement : Il faut sans lever le bras droit, lever la canne horizontalement devant le corps, de manière que le petit bout soit placé à hauteur de la main droite.

Deuxième mouvement : Lever le bras verticalement, en le ployant d'abord, et en l'allongeant ensuite, jusqu'à ce que la main se

trouve placée à hauteur et à droite du sommet de la tête, la canne restant toujours placée horizontalement.

Troisième mouvement : En fléchissant le bras, passer la canne au-dessus et derrière la tête, de manière qu'elle touche la nuque, la main placée à droite, à hauteur de l'épaule droite, les doigts en haut, le coude en bas. (Voir fig. 9.)

Quatrième mouvement : Détendre le bras droit de toute sa longueur horizontalement en avant, les doigts tournés en dessus, le dos de la main en dessous.

Dans cette position, et pour continuer le même moulinet :

QUATRE MOUVEMENTS. — *Premier mouvement :* Tourner la main les doigts en dessous, le dos de la main en dessus.

Deuxième mouvement : Ployer le bras en ramenant la main à droite à hauteur du sommet de la tête, la canne restant toujours placée horizontalement.

Troisième mouvement : En fléchissant le bras, passer la canne au-dessus et derrière la tête, de manière qu'elle touche la nuque, la main placée à droite, à hauteur de l'épaule droite, les doigts en haut, le coude en bas.

Quatrième mouvement : Détendre le bras droit de toute sa longueur, horizontalement en avant, les doigts tournés en dessus, le dos de la main en dessous et continuer ainsi de suite.

DU COUP DE TÊTE

§ 12. — Il y a plusieurs manières de porter le coup de tête : la première, étant placé dans la position de repos (1re partie) ; la seconde, dans la position de garde tierce (2e partie) ; la troisième, dans la position de la garde des exercices d'attaques, de parades et de ripostes de la troisième partie.

Ces trois manières sont expliquées dans chacune des parties qui les concernent.

Coup de tête (position de repos)

§ 13. — Étant dans la position de repos, il faut en ployant le bras, lever la main droite au-dessus de la tête, en la faisant passer

à gauche et ensuite la placer derrière et près de la tête. Pendant l'exécution de ce mouvement, la main reste toujours dans sa première position, tenant la canne perpendiculairement, le petit bout en bas. (Voir fig. 10, 1er mouvement.)

Dans cette position, la main appuyée derrière la tête, la canne pendante entre les deux épaules, vient toucher avec le petit bout la main gauche placée à hauteur des reins.

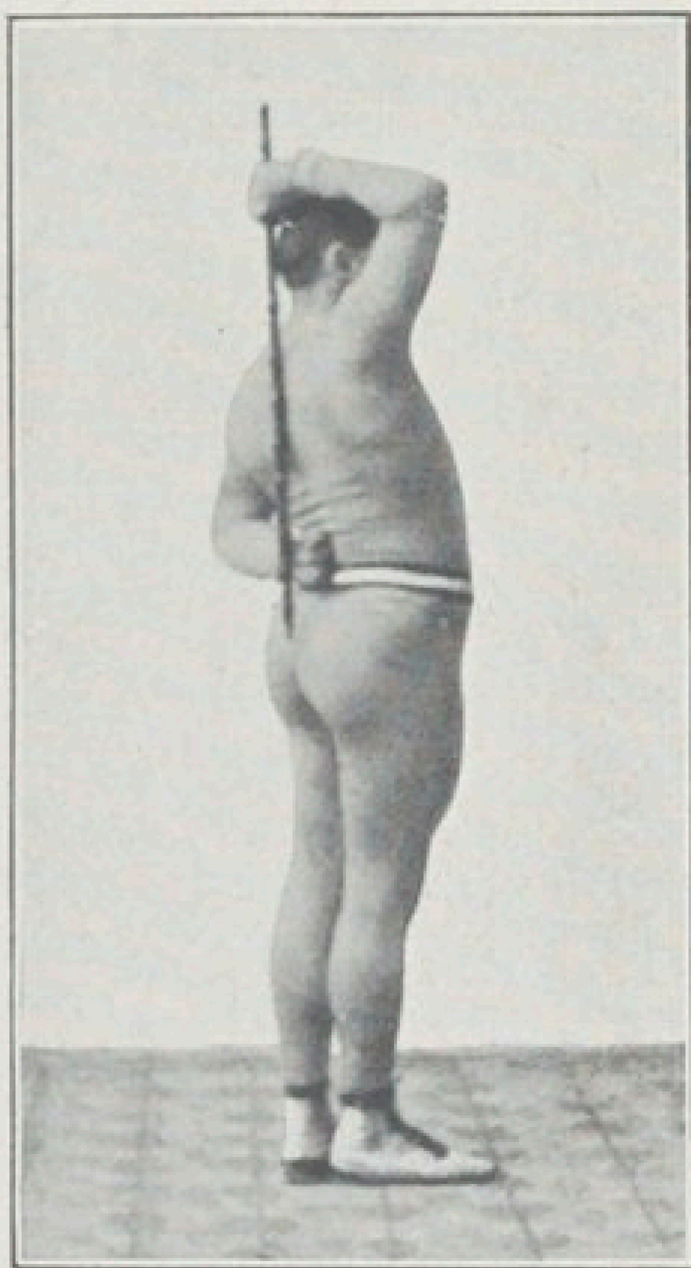


Fig. 10. — Coup de tête (position de repos)

Ainsi placé, pour porter le coup de tête, il faut détendre le bras droit directement en avant vers A. (Voir fig. 29, pour le 2e mouvement.)

Dans cette dernière position, et pour continuer le mouvement du coup de tête, il faut en le ployant, ramener le bras droit en arrière à gauche, tourner en même temps la main pour que la canne soit placée perpendiculairement le petit bout en bas, et passer de nouveau la main derrière la tête, comme il est expliqué ci-dessus.

FIN DE LA PREMIÈRE PARTIE

DEUXIÈME PARTIE

Évolutions

§ 14. — Les évolutions comprennent une partie composée de vingt et un exercices dans le vide. Ils ont pour but l'harmonie des mouvements du bras et des jambes. Un coup de canne contrarié par un faux mouvement de jambes, perdrait toute sa valeur. Nous insistons sur ce point : l'*utilité des exercices d'évolutions,* en recommandant aux élèves de les travailler sérieusement, car il y a dans cette partie d'exercices, les éléments les plus pratiques de la défense contre plusieurs adversaires.

Observation. — Dans les exercices d'évolutions, les moulinets horizontaux en avant à gauche et en avant à droite, prendront la dénomination : coups de figure, tierce et quarte (termes consacrés en escrime).

POSITION DE LA GARDE

§ 15. — Dans cette partie, il y a deux manières de se placer en garde : 1° la garde en tierce ; 2° la garde en quarte.

Garde tierce

§ 16. — Étant dans la position de repos, il faut porter le pied droit en avant sur le 1, la pointe du pied dirigée vers A, la jambe gauche un peu plus fléchie que la jambe droite, de manière que le poids du corps soit plus porté sur la jambe gauche ;

en même temps passer le bras droit devant le corps et par dessus l'épaule gauche, pour placer la canne horizontalement derrière le cou, la main droite appuyée sur l'épaule gauche, les doigts tournés en dessous, le dos de la main en dessus, le petit bout de la canne dirigé vers l'épaule droite, le coude en avant du menton, la canne touchant la nuque.

Dans cette position, la main, le coude et le petit bout de la canne, sont placés horizontalement, au-dessus et à hauteur des épaules. (Voir fig. 11.)

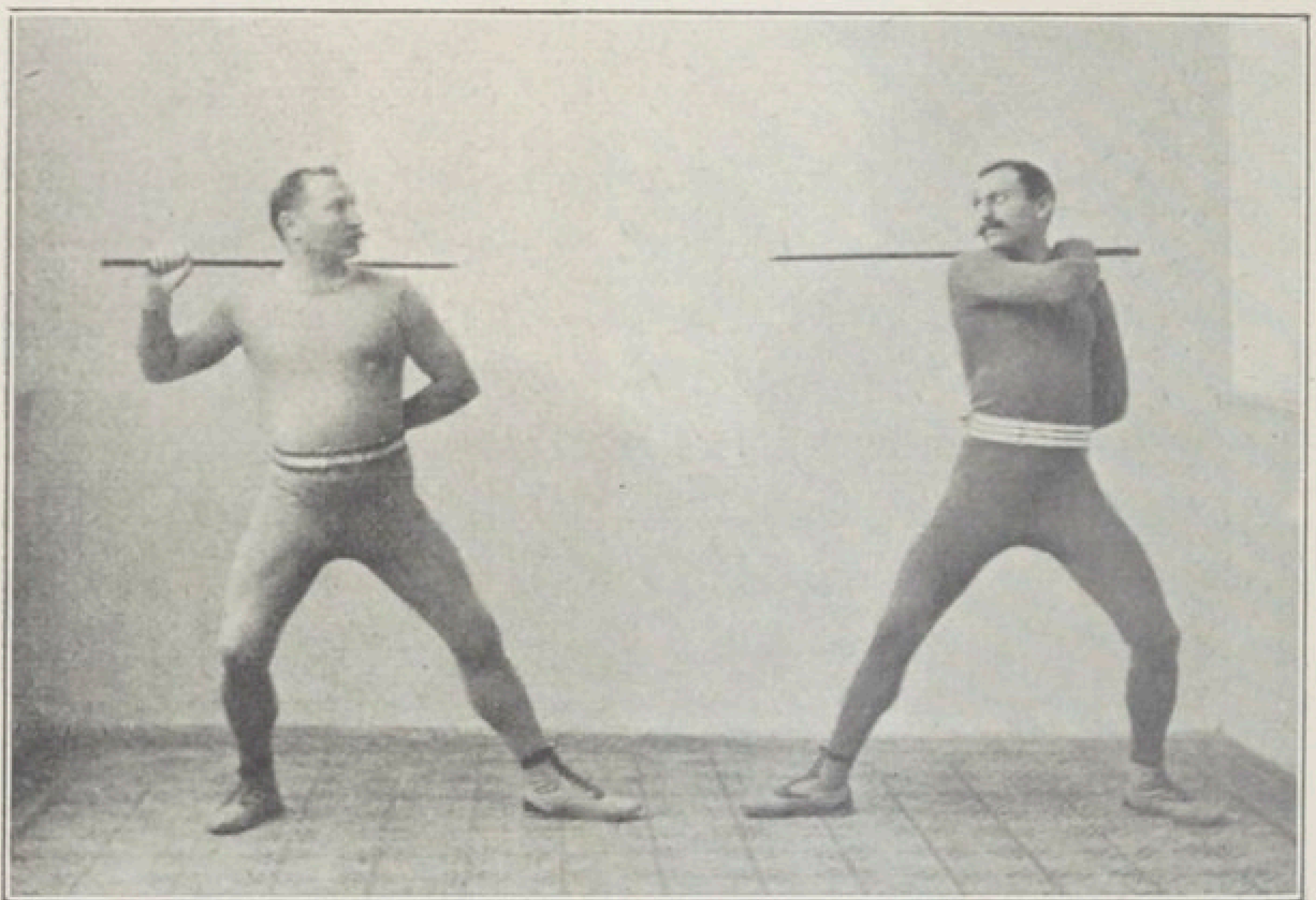


FIG. 12. — Garde quarte FIG. 11. — Garde tierce

Garde quarte

§ 17. — Étant dans la position de repos, mais les pieds placés sur 1, il faut, en pivotant sur le talon gauche, porter le pied droit en arrière du pied gauche sur B, de manière que la pointe du pied droit soit dirigée vers D, et la pointe du pied gauche vers A ; la jambe droite un peu plus fléchie que la jambe gauche. En même temps, sans lever le bras droit, lever la canne horizontalement devant le corps, de manière que le petit bout de la canne soit placé à hauteur de la main droite. Lever ensuite le bras verticalement en le ployant d'abord, et en l'allongeant

ensuite, jusqu'à ce que la main se trouve placée à hauteur et à droite du sommet de la tête, la canne restant toujours horizontale. Puis en fléchissant le bras, passer la canne au-dessus et derrière la tête, de manière qu'elle touche la nuque, la main toujours à droite, à côté et à hauteur de l'épaule droite, les doigts en haut, le coude en bas. (Voir fig. 12.)

DES COUPS DE FIGURE EN MARCHANT ET EN ROMPANT

§ 18. — *Observation.*— Les coups de figure tierce et quarte, en marchant et en rompant, s'exécutent d'après les mêmes principes que ceux des moulinets horizontaux en avant à gauche (tierce) et en avant à droite (quarte), expliqués dans la première partie. (Voir fig. 12.)

Coup de figure tierce en marchant

§ 19. — Étant en garde tierce, il faut en détendant le bras droit horizontalement en avant, lancer de gauche à droite un vigoureux coup de canne, en visant l'adversaire au côté droit de la figure.

Après le coup porté et l'élan terminé, la canne partant de l'épaule gauche doit venir se placer naturellement sur l'épaule droite.

En même temps qu'on lance le coup, il faut, en pivotant sur le talon droit, porter le pied gauche en avant sur 2, la pointe dirigée vers A, et la pointe du pied droit vers D.

Observations. — En portant le coup de figure, la main doit rester dans la position de tierce, c'est-à-dire : le dos de la main en dessus, et les doigts en dessous.

Les mouvements du bras droit et des jambes doivent être presque simultanés, mais l'élan du coup de canne doit imprimer le mouvement de pivot à la jambe droite et entraîner la jambe gauche.

Dans ce mouvement, la canne décrit un cercle horizontal de l'épaule gauche à l'épaule droite, et par conséquent, quoique le

coup soit dirigé en avant, il peut frapper sur tout son parcours autour du corps.

A la fin du premier mouvement, on se trouve placé en garde quarte et on exécute alors le coup de figure quarte en marchant.

Coup de figure quarte en marchant

§ 20. — Étant en garde quarte, il faut en détendant le bras droit horizontalement en avant, lancer de droite à gauche un vigoureux coup de canne, en visant l'adversaire au côté gauche de la figure.

Après le coup porté et l'élan terminé, la canne partant de l'épaule droite doit venir se placer naturellement sur l'épaule gauche.

En même temps qu'on lance le coup, il faut, en pivotant sur le talon gauche, porter le pied droit en avant sur 2, la pointe du pied dirigée vers A, et la pointe du pied gauche vers G.

Observations. — En portant le coup de figure, la main doit rester dans la position de quarte, c'est-à-dire : le dos de la main en dessous et les doigts en dessus.

Les mouvements du bras droit et des jambes doivent être presque simultanés, mais l'élan du coup de canne doit imprimer le mouvement de pivot à la jambe gauche et entraîner la jambe droite.

Dans ce mouvement la canne décrit un cercle horizontal de l'épaule droite à l'épaule gauche, et par conséquent, quoique le coup soit dirigé en avant, il peut frapper sur tout son parcours autour du corps.

A la fin du premier mouvement, on se trouve placé en garde tierce ; il faut continuer ainsi de suite à porter des coups de figure tierce et quarte, en marchant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur 8, et le pied droit sur 9.

Dans cette position, on exécutera les coups de figure en rompant.

Coup de figure tierce en rompant

§ 21. — Étant en garde tierce, le pied droit sur 9, le pied gauche sur 8, il faut porter le coup de figure

tierce, comme il est expliqué ci-dessus pour le coup de figure tierce en marchant, mais, en même temps, il faut, en pivotant sur le talon gauche, porter le pied droit en arrière sur 7, la pointe du pied dirigée vers D, et la pointe du pied gauche vers A.

Coup de figure quarte en rompant

§ 22. — Étant placé en garde quarte, le pied gauche sur 8, le pied droit sur 7, il faut porter le coup de figure quarte, comme il est expliqué ci-dessus pour le coup de figure quarte en marchant, mais, en même temps, il faut, en pivotant sur le talon droit, porter le pied gauche en arrière sur 6, la pointe du pied dirigée vers G, et la pointe du pied droit vers A.

Il faut continuer ainsi de suite, à porter des coups de figure tierce et quarte en rompant, jusqu'à ce que le pied droit soit placé sur 1 et le pied gauche sur B.

DES COUPS DE BOUT

§ 23. — Il y a trois sortes de coups de bout : 1° le coup de bout en dessus ; 2° le coup de bout en dessous ; 3° le coup de bout à deux mains.

Les deux premiers s'exécutent sur place et en marchant, le troisième sur place seulement.

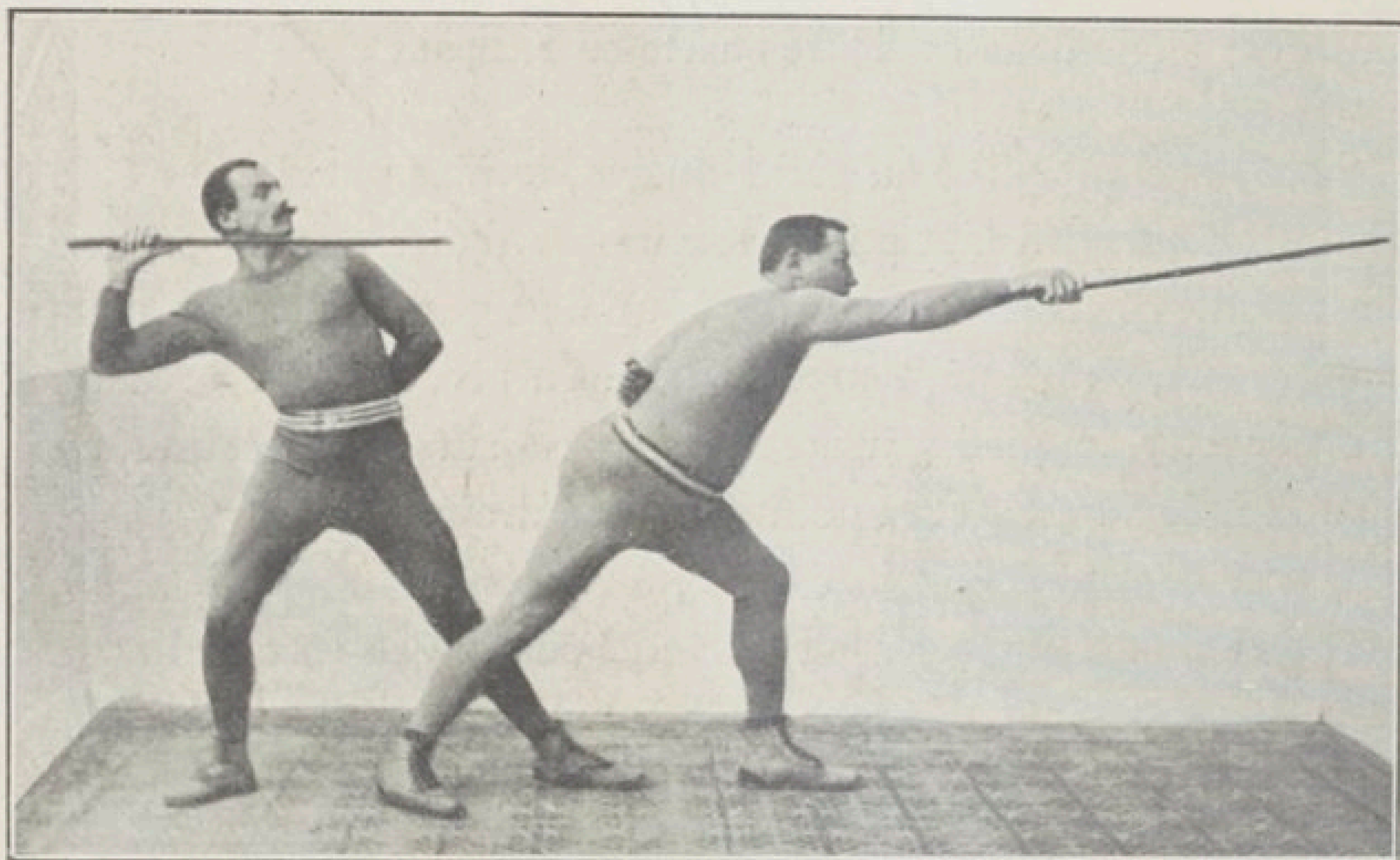
Le premier se porte à la poitrine et à la figure, le second au ventre et au creux de l'estomac, le troisième à la poitrine et au creux de l'estomac.

Ces trois coups s'exécutent en partant de la garde tierce (voir fig. 11, § 16) de manière à frapper, étant dans la garde quarte.

Coup de bout en dessus sur place

§ 24. — Étant en garde tierce, le pied gauche sur B, le pied droit sur 1, il faut, en même temps qu'on passe la jambe gauche

en avant sur 2, retirer le bras droit fléchi et contracté en arrière, l'avant-bras placé verticalement, le coude en bas, la main en haut, le pouce allongé sous la canne, celle-ci placée horizontalement, le petit bout dirigé en avant vers A, le poids du corps porté sur la jambe droite. (Voir fig. 13.)



Coup de bout en dessus sur place
FIG. 13. — (1er mouvement) FIG. 14. — (2e mouvement)

Dans cette position, il suffit pour porter le coup, de détendre le bras droit directement en avant à hauteur de la figure, et en même temps, de tendre la jambe droite et de fléchir la jambe gauche. (Voir fig. 14.)

Coup de bout en dessus en marchant

§ 25. — Pour exécuter le coup de bout en dessus en marchant, il faut exécuter ce qui est prescrit pour le coup de bout en dessus sur place, mais au moment où le bras droit se détend pour porter le coup, il faut, en pivotant sur le talon gauche, porter le pied droit en avant sur 4, la pointe dirigée vers A.

La détente du bras droit doit se produire en même temps que le pied droit se porte à terre. (Voir fig. 15.)

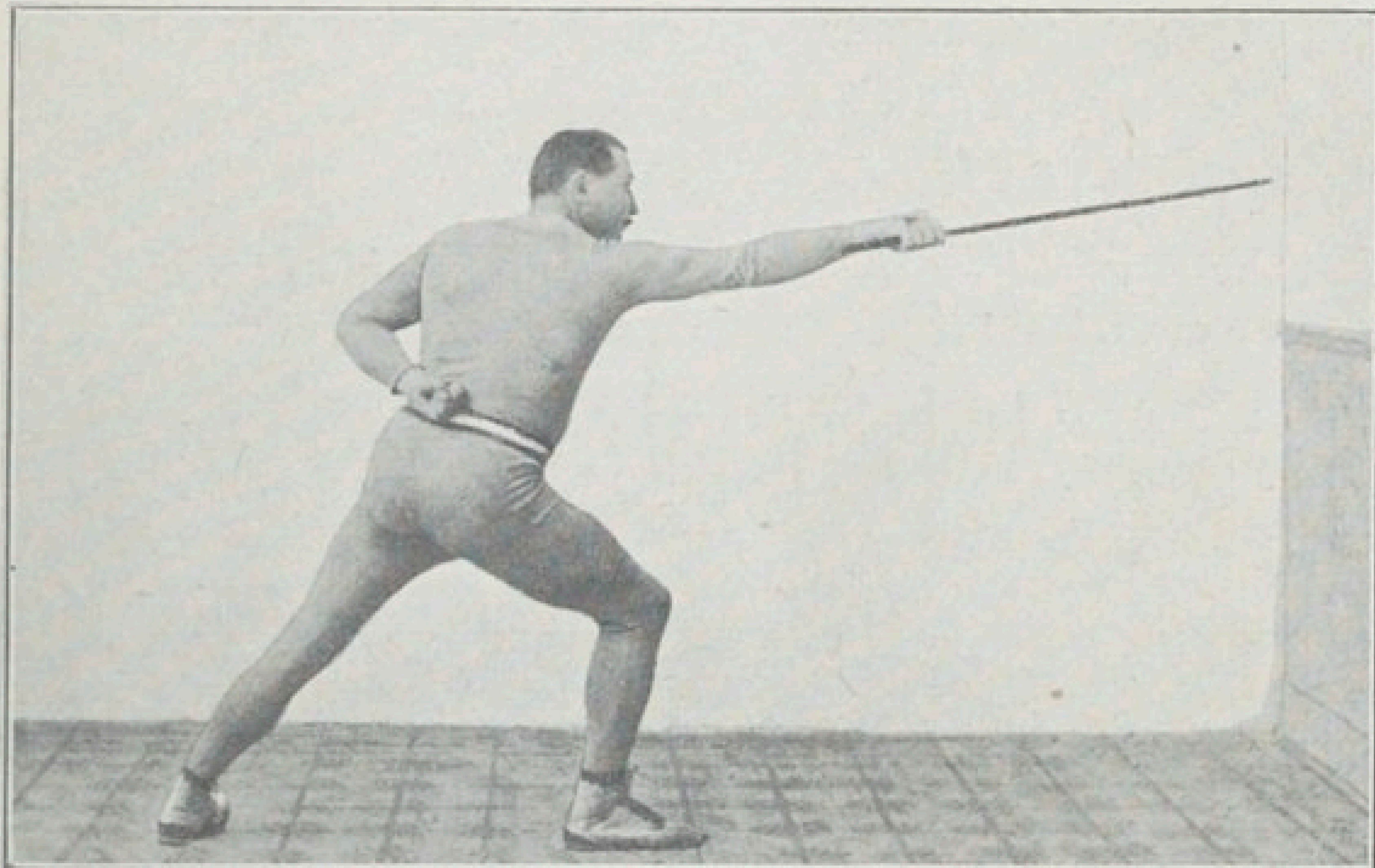
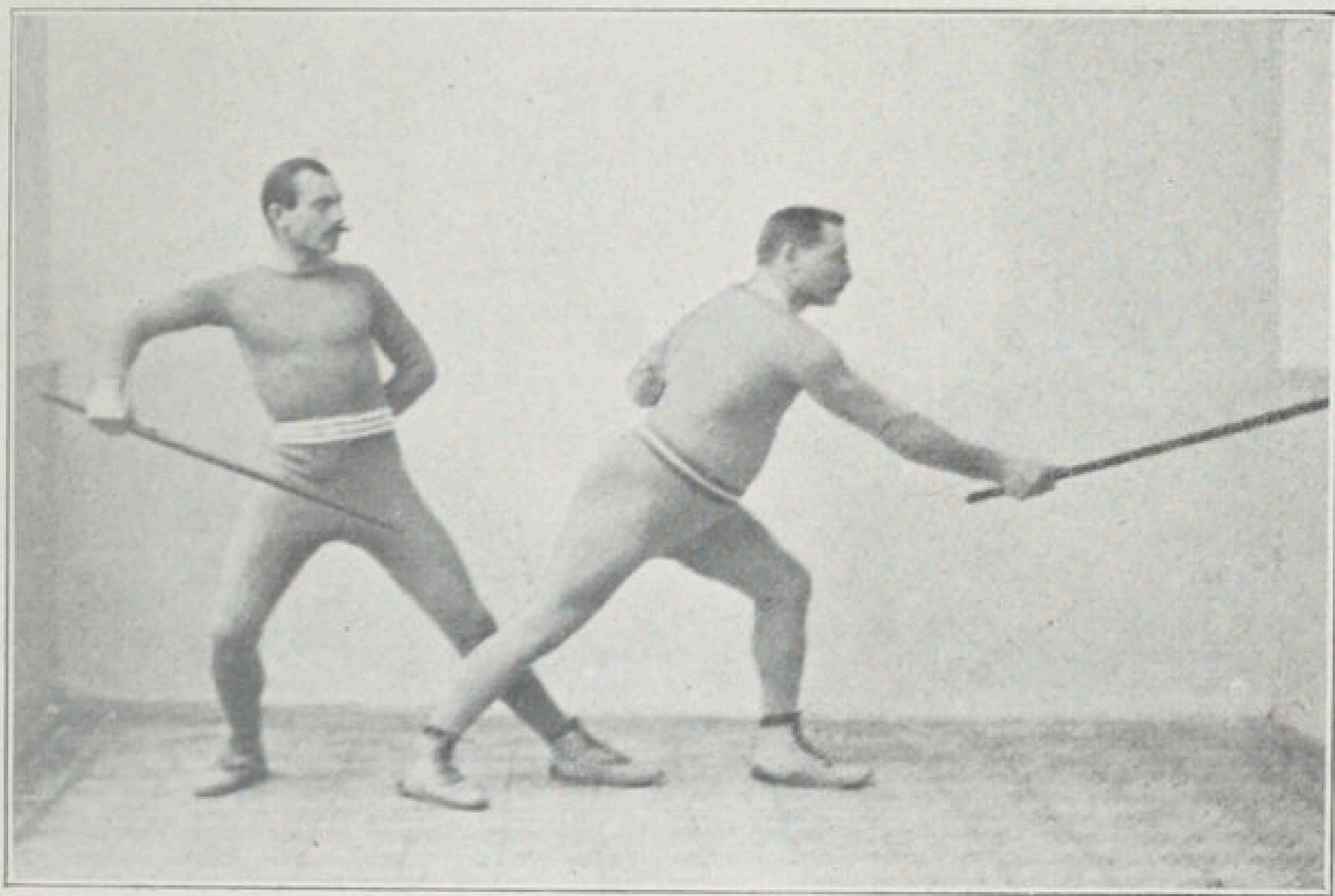


FIG. 15. — Coup de bout en dessus en marchant



Coup de bout en dessous sur place
FIG. 16. — (1er mouvement) FIG. 17. — (2e mouvement)

Coup de bout en dessous sur place

§ 26. — Étant en garde tierce, le pied gauche sur B, le pied droit sur 1, il faut, en même temps qu'on passe la jambe gauche

en avant sur 2, retirer le bras droit à demi fléchi et contracté en arrière, l'avant-bras placé verticalement, le coude en haut, la main en bas, le pouce allongé au-dessus de la canne, celle-ci placée presque horizontalement, mais le petit bout un peu plus bas que la main, et dirigé vers A, le poids du corps porté sur la jambe droite. (Voir fig. 16.)

Dans cette position, il suffit pour porter le coup, de détendre le bras droit directement en avant, à hauteur du creux de l'estomac, et en même temps de tendre la jambe droite et de fléchir la jambe gauche. (Voir fig. 17.)

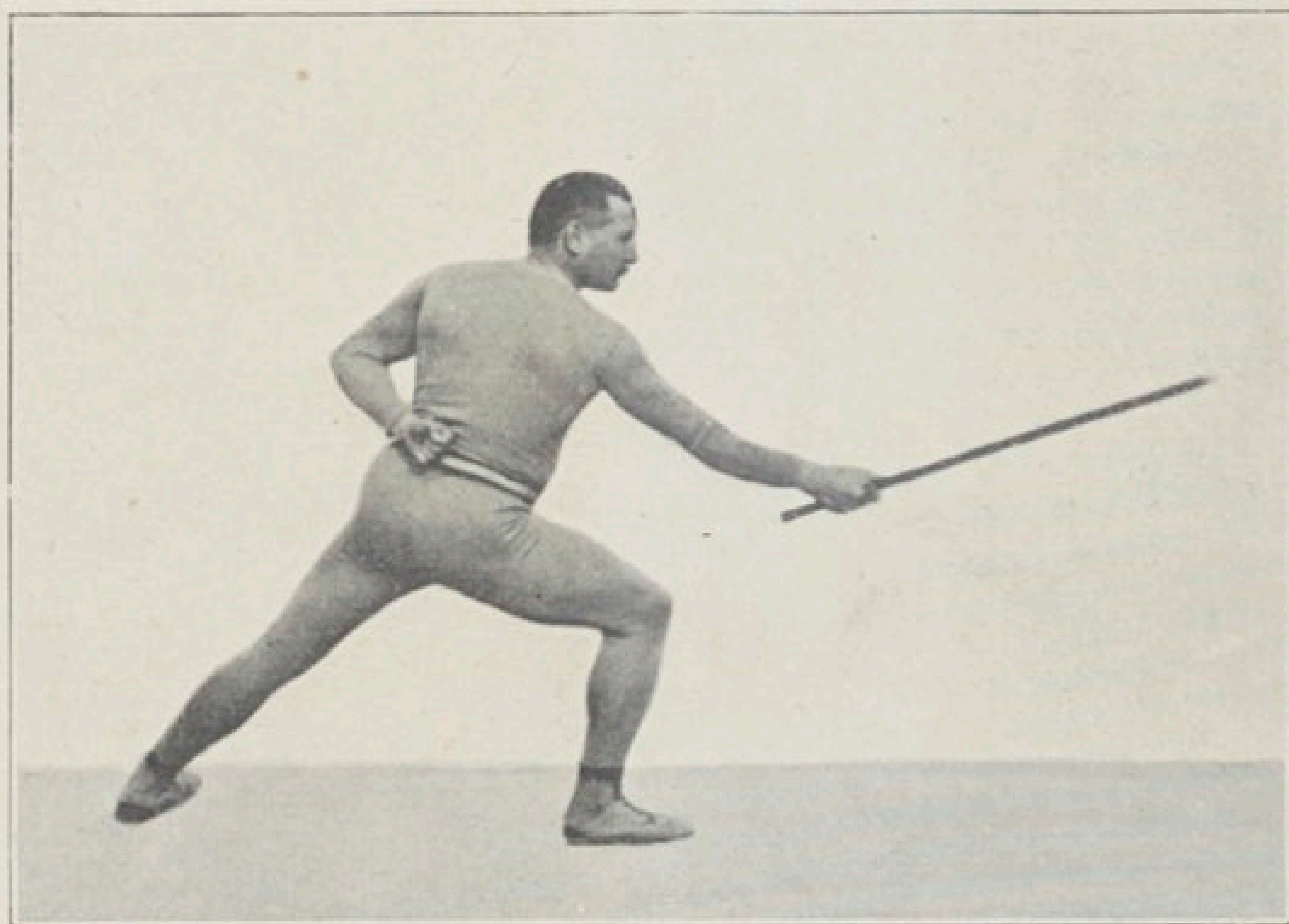


Fig. 18. — Coup de bout en dessous en marchant

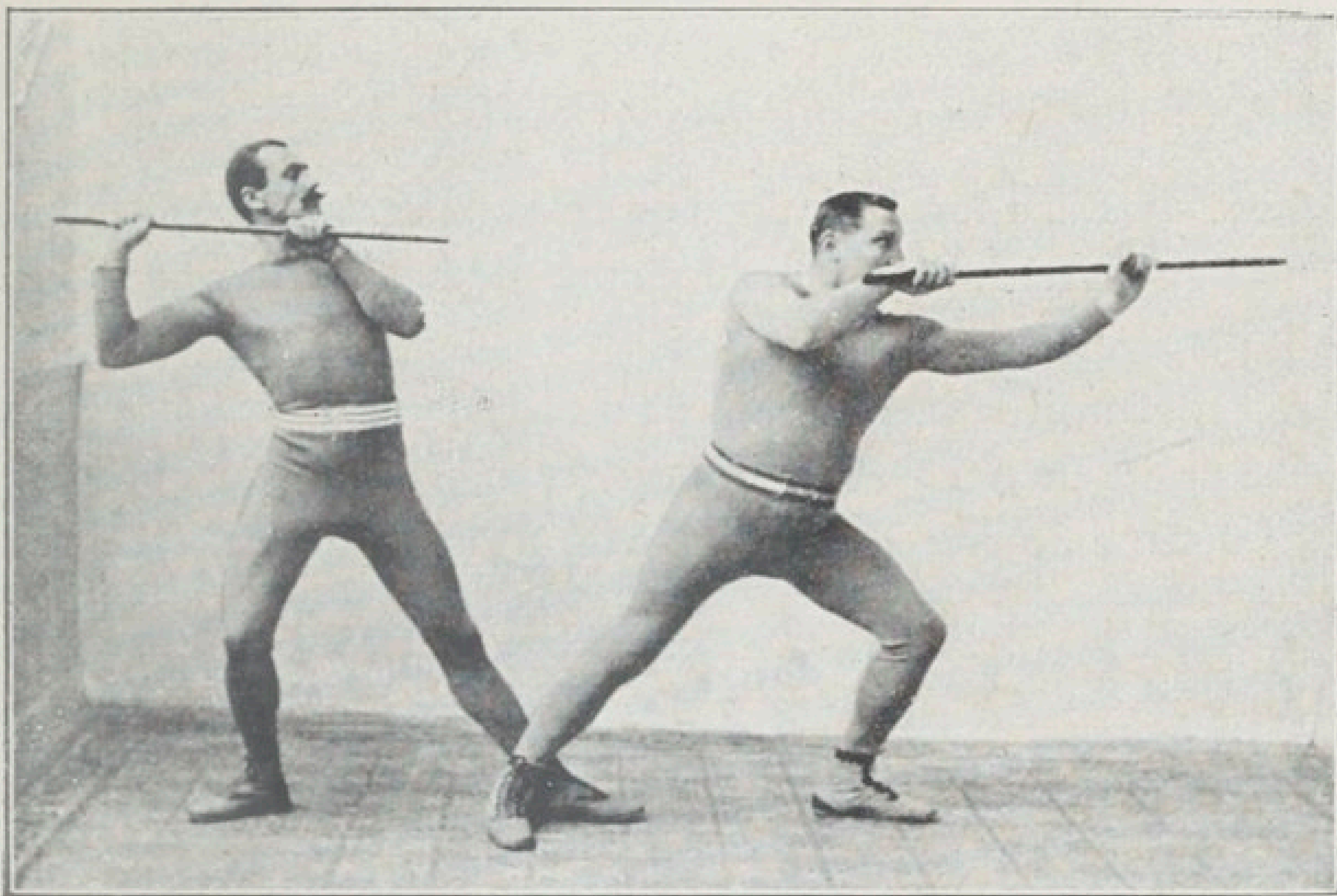
Coup de bout en dessous en marchant

§ 27. — Pour exécuter le coup de bout en dessous en marchant, il faut exécuter ce qui est prescrit pour le coup de bout en dessous sur place, mais au moment de détendre le bras droit pour porter le coup, il faut, en pivotant sur le talon gauche, porter le pied droit en avant sur 4, la pointe dirigée vers A.

La détente du bras droit doit se produire en même temps que le pied droit se pose à terre. (Voir fig. 18.)

Coup de bout à deux mains

§ 28. — Étant placé comme il est prescrit pour la garde tierce, le pied gauche sur B, le pied droit sur 1, il faut, en même temps qu'on passe la jambe gauche en avant sur 2, retirer le bras droit fléchi et contracté en arrière, l'avant-bras placé



Coup de bout à deux mains
FIG. 19. — (1er mouvement) FIG. 20. — (2e mouvement)

verticalement, le coude en bas, la main en haut; et saisir la canne avec la main gauche à quinze ou vingt centimètres environ du petit bout, le coude également en bas, la main en haut. La canne se trouve ainsi placée horizontalement à hauteur des deux épaules, le petit bout dirigé en avant vers A, les deux mains fermées, le poids du corps porté sur la jambe droite. (Voir fig. 19.)

Dans cette position, il suffit pour porter le coup, de détendre les deux bras directement en avant à hauteur de la poitrine ou du creux de l'estomac; et en même temps de tendre la jambe droite, de fléchir la jambe gauche et de porter le poids du corps en avant. (Voir fig. 20.)

Dans cette dernière position, pour porter avec le gros bout un deuxième coup en arrière, il suffit de détendre les deux bras directement en arrière à hauteur de la poitrine ou du creux de l'estomac, et en même temps, de tendre la jambe gauche, de fléchir la jambe droite et de porter le poids du corps en arrière.

On peut ainsi continuer à porter des coups de bout en arrière et en avant, alternativement, d'après les principes indiqués ci-dessus.

DU COUP DE TÊTE DANS LES ÉVOLUTIONS

§ 29. — Dans les évolutions de la deuxième partie, le coup de tête en marchant s'exécute toujours en partant de la position de la garde quarte.

A cet effet, il faut, au moment de lancer le coup, porter la jambe droite en avant, et porter le pied droit sur 3. (Voir fig. 29.)

La détente du bras doit se produire au moment où le pied se pose à terre.

Le coup de tête peut être porté à la suite d'un coup de figure tierce ou quarte, des brisés, des enlevés et du coup de bout.

Dans ces différents cas, il faut s'inspirer des principes du coup de tête, expliqués dans la première partie (§ 13), mais il faut aussi pour porter le coup, choisir le chemin le plus court pour ramener la main au-dessus et derrière la tête, et la canne verticalement entre les deux épaules, comme il est prescrit dans la première partie.

EXERCICES D'ÉVOLUTIONS

---

§ 30. — *Observation.* — Pour les trois exercices qui vont suivre, il faut d'abord se placer dans la position de repos, puis prendre ensuite la position de garde tierce, en portant le pied droit en avant sur 1.

1er Exercice

Un coup de figure en marchant et en rompant

§ 31. — Exécuter un coup de figure tierce, et ensuite un coup de figure quarte en marchant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur 8, et le pied droit sur 9. Exécuter alors un coup de figure tierce et ensuite un coup de figure quarte en rompant jusqu'à ce que le pied droit soit placé sur 1 et le pied gauche sur B. Reprendre la position de repos. (S'inspirer des §§ 19, 20, 21 et 22.)

2e Exercice

Deux coups de figure en marchant et en rompant

§ 32. — Exécuter deux coups de figure tierce et deux coups de figure quarte en marchant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur 8 et le pied droit sur 9. Exécuter ensuite deux coups de figure tierce et deux coups de figure quarte en rompant, jusqu'à ce que le pied droit soit placé sur 1 et le pied gauche sur B.

§ 33. — *Observations sur le deuxième exercice.* — Lorsqu'on porte successivement deux coups de figure, soit en tierce soit en quarte, il ne faut pas développer à fond le premier coup, ni s'arrêter, il faut continuer en portant de suite et avec force le deuxième coup, et par son élan, la canne partant de l'épaule gauche, viendra *après le deuxième coup* seulement se placer naturellement sur l'épaule droite.

Le mouvement de jambes pour porter le pied en avant dans la marche et en arrière pour rompre, doit s'exécuter en même temps que le deuxième coup de canne.

3e Exercice

Trois coups de figure en marchant et en rompant

§ 34. — Exécuter trois coups de figure tierce et trois coups de figure quarte en marchant, jusqu'à ce que le pied gauche soit placé sur 8 et le pied droit sur 9.

Exécuter ensuite trois coups de figure tierce et trois coups de figure quarte en rompant, jusqu'à ce que le pied droit soit placé sur 1 et le pied gauche sur B. Reprendre la position de repos.

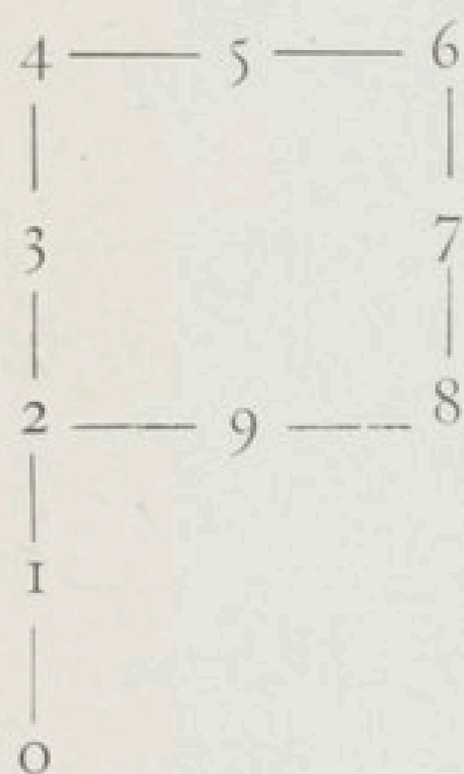
§ 35. — *Observations sur le troisième exercice.* — Lorsqu'on porte successivement trois coups de figure soit en tierce soit en quarte, il ne faut développer à fond ni le premier ni le second coup, ni s'arrêter après l'un ou après l'autre ; il faut continuer en portant de suite et avec force le troisième coup et, par son élan, la canne partant de l'épaule gauche, viendra *après le troisième coup* seulement se placer naturellement sur l'épaule droite.

Le mouvement de jambes pour porter le pied en avant dans la marche, et en arrière pour rompre, doit s'exécuter en même temps que le troisième coup de canne.

EXERCICES SUR QUATRE FACES

§ 36. — Pour la parfaite intelligence des exercices qui vont suivre, nous avons cru utile de tracer ci-dessous une figure composée de 10 chiffres.

Il suffit, pour suivre avec facilité ces exercices, de dessiner à terre une figure semblable à celle-ci :



La distance d'un chiffre à l'autre doit être réglée d'après la taille des élèves. Ainsi on peut prendre comme moyenne 45 centimètres pour un élève de 1 mètre 65 ; par conséquent il

faut diminuer la distance pour la taille en dessous et l'augmenter pour celle au-dessus.

La figure que nous donnons peut se modifier à volonté, suivant le terrain dont on dispose. On peut au lieu de trois chiffres sur chaque face, en mettre 4 ou 5, etc.

On peut aussi combiner des figures pour un travail d'ensemble et exécuter des fantaisies.

§ 37. — *Observations générales.* — Pour toutes les leçons sur quatre faces, il faut d'abord se mettre dans la position de repos, le corps faisant face aux chiffres 2, 3, 4, *mais les deux pieds sur 1*, contrairement aux exercices précédents, pour lesquels les deux pieds devraient être sur le 0. On se place ensuite en garde tierce (§ 16) en portant le pied droit en avant sur 2.

C'est la position de départ pour les exercices sur quatre faces.

§ 38. — Nous prévenons le lecteur que l'exercice sur quatre faces qui va suivre, se termine par deux mouvements à la suite desquels les pieds se trouvent placés sur 3 et 4 au lieu d'être sur 2. Ces mouvements ne constituent pas, comme il pourrait le croire, une cinquième face à notre exercice, ils sont simplement exécutés en vue d'un autre exercice, que nous étudierons séparément et qui se nomme la volte.

Cette volte est d'ailleurs le complément de l'exercice sur quatre faces, et devra toujours être exécutée à sa suite.

Chaque fois que l'élève doit *pivoter,* nous le prévenons qu'il doit se servir du talon droit ou gauche pour exécuter son mouvement.

Mais il est des cas où il lui sera difficile, impossible même, de se servir de son talon ; il devra alors, sans que nous le lui disions, pivoter sur la pointe de son pied.

4e Exercice

Un coup de figure en marchant

§ 39. — Les mouvements indiqués dans chacun des alinéas qui suivent doivent s'exécuter simultanément.

Étant placé comme il vient d'être dit, il faut :

1° En pivotant sur le talon *droit,* placer le pied gauche en avant sur 3, et porter un coup de figure *tierce* à toute volée ;

2° En pivotant sur le talon *gauche,* placer le pied droit en avant sur 4, et porter un coup de figure *quarte* à toute volée ;

3° En pivotant sur le talon *droit,* faire face à droite, placer le pied gauche sur 5 et porter un coup de figure *tierce ;*

4° En pivotant sur le talon *gauche,* placer le pied droit sur 6, et porter un coup de figure *quarte ;*

5° En pivotant sur le talon *droit,* faire face à droite, placer le pied gauche sur 7, et porter un coup de figure *tierce ;*

6° En pivotant sur le talon *gauche,* placer le pied droit sur 8, et porter un coup de figure *quarte;*

7° En pivotant sur le talon *droit,* faire face à droite, placer le pied gauche sur 9, et porter un coup de figure *tierce ;*

8° En pivotant sur le talon *gauche,* placer le pied droit sur 2, et porter un coup de figure *quarte;*

9° En pivotant sur le talon *droit,* faire face à droite, placer le pied gauche sur 3, et porter un coup de figure *tierce ;*

10° En pivotant sur le talon *gauche,* placer le pied droit sur 4, et porter un coup de figure *quarte.* Reprendre la position de repos.

§ 40. — *Observation.* — Nous ferons remarquer que c'est avec intention que dans nos leçons sur quatre faces, la première face se trouve répétée une seconde fois pour terminer la leçon.

5e Exercice

Deux coups de figure en marchant

§ 41. — *Observations.* — Les mouvements indiqués dans chacun des alinéas qui suivent doivent s'exécuter simultanément. A cet effet, nous rappelons que pour les séries de deux coups successifs, le dernier coup seulement doit être porté avec force et à toute volée, et que c'est pendant son exécution que le pied qui se trouve en arrière, doit se porter en avant sur le chiffre indiqué, ce qui constitue la marche en avant.

1° En pivotant sur le talon droit, placer le pied gauche en

avant sur 3, et porter successivement deux coups de figure tierce à toute volée ;

2° En pivotant sur le talon gauche, placer le pied droit en avant sur 4, et porter successivement deux coups de figure quarte à toute volée ;

3° En pivotant sur le talon droit, faire face à droite, placer le pied gauche sur 5, et porter successivement deux coups de figure tierce ;

4° En pivotant sur le talon gauche, placer le droit sur 6, et porter successivement deux coups de figure quarte ;

5° En pivotant sur le talon droit, faire face à droite, placer le pied gauche sur 7, et porter successivement deux coups de figure tierce ;

6° En pivotant sur le talon gauche, placer le pied droit sur 8, et porter successivement deux coups de figure quarte ;

7° En pivotant sur le talon droit, faire face à droite, placer le pied gauche sur 9, et porter successivement deux coups de figure tierce ;

8° En pivotant sur le talon gauche, placer le pied droit sur 2, et porter successivement deux coups de figure quarte ;

9° En pivotant sur le talon droit, faire face à droite, placer le pied gauche sur 3, et porter successivement deux coups de figure tierce ;

10° En pivotant sur le talon gauche, placer le pied droit sur 4, et porter successivement deux coups de figure quarte. Reprendre la position de repos.

§ 42. — *Observation.* — Pour la facilité et la marche régulière des leçons de la deuxième partie, nous recommandons instamment à nos élèves de s'exercer avec soin sur les quatrième et cinquième exercices, afin de bien les connaître, avant de passer aux suivants.

6e Exercice

Coup de bout en dessus en marchant

§ 43. — *Observation.* — Pour l'exécution du coup de bout dans cette leçon, il faut exécuter ce qui est prescrit dans les

principes du coup de bout en dessus sur place et en marchant.

§ 44. — Le coup de bout s'exécute en deux temps ; au premier, on porte le pied gauche en avant, en même temps que l'on place la canne à sa première position ; au deuxième temps, on porte le pied droit en avant, en même temps que l'on porte le coup de bout.

Après chaque coup de bout, il faut replacer la canne sur l'épaule gauche, à la position de garde tierce.

Porter un coup de bout en dessus en marchant sur 4, faire face à droite en marchant sur 5, et porter un coup de bout en dessus, en marchant sur 6.

Faire face à droite en marchant sur 7, et porter un coup de bout en dessus, en marchant sur 8.

Faire face à droite en marchant sur 9, et porter un coup de bout en dessus en marchant sur 2.

Faire face à droite en marchant sur 3 et porter un coup de bout en dessus, en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

7e Exercice

Un coup de figure tierce en marchant et deux brisés en marchant

§ 45. — *Observation.* — Les brisés s'exécutent comme il est prescrit (§ 7), mais ici il faut exécuter sur place un moulinet latéral et vertical en avant à gauche, puis en marchant un moulinet latéral et vertical en avant à droite ; c'est-à-dire que pour ce dernier, il faut en même temps poser le pied droit en avant sur le chiffre précédant le pied gauche.

§ 46. — Porter un coup de figure tierce en marchant sur 3 et deux brisés en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 5 et deux brisés en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 7, et deux brisés en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 9, et deux brisés en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 3 et deux brisés en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

8e Exercice

Un coup de figure tierce en marchant, et un coup de tête en marchant

§ 47. — *Observation.* — Pour cette leçon, il faut s'inspirer des principes du coup de tête, expliqués dans la première partie (§ 13). Après le coup de figure tierce, la canne se trouvant sur l'épaule droite, il est inutile de la faire passer à gauche du corps, il suffit de la placer tout de suite derrière le dos, la main derrière la tête.

Porter un coup de figure tierce en marchant sur 3, et un coup de tête en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure en marchant sur 5 et un coup de tête en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 7 et un coup de tête en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 9, et un coup de tête en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 3 et un coup de tête en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

9e Exercice

Un coup de figure tierce en marchant. Un coup de tête sur place Un coup de figure quarte en marchant

§ 48. — Porter un coup de figure tierce en marchant sur 3, un coup de tête sur place et un coup de figure quarte en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 5, un coup de tête sur place et un coup de figure quarte en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 7, un coup de tête sur place, et un coup de figure quarte en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 9, un coup de tête sur place, et un coup de figure quarte en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 3, un coup de tête sur place, et un coup de figure quarte en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

10e Exercice

Un coup de figure tierce en marchant. Un coup de figure quarte en avant sur place. Un coup de figure tierce en arrière sur place. Un coup de tête sur place. Deux coups de figure quarte en marchant.

§ 49. — Porter un coup de figure tierce en marchant sur 3, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de figure tierce en arrière sur place, un coup de tête sur place, et deux coups de figure quarte en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 5, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de figure tierce en arrière sur place, un coup de tête sur place et deux coups de figure quarte en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 7, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de figure tierce en arrière sur place, un coup de tête sur place, et deux coups de figure quarte en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 9, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de figure tierce en arrière sur place, un coup de tête sur place et deux coups de figure quarte en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter un coup de figure tierce en marchant sur 3, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de figure tierce en arrière sur place, un coup de tête sur place, et deux coups de figure quarte en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

11e Exercice

Feinte de deux coups de figure en marchant. Un coup de bout en dessus sur place. Deux coups de figure tierce sur place. Deux coups de figure quarte en marchant.

§ 50. — *Observation.* — Il faut faire deux fois le mouvement du coup de figure tierce, en laissant chaque fois le bras tendu en avant, la canne dans son prolongement; au deuxième mouvement, on retire le bras en arrière dans la position du coup de bout en dessus, en même temps qu'on porte le pied gauche en avant.

§ 51. — Feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 3, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 5, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux coups de figure en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 7, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 9, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 3, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure tierce en arrière

sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

12e Exercice

Feinte de deux coups de figure tierce en marchant. Un coup de bout en dessus en marchant. Deux brisés en arrière sur place. Deux coups de figure quarte en marchant.

§ 52. — *Observations.* — Nous rappelons pour mémoire, qu'après chaque mouvement, chaque coup ou série de coups, il faut replacer la canne dans la position prescrite pour le départ du coup qui doit suivre.

Dans la présente leçon, après avoir porté le coup de bout en dessus en marchant sur 4, il faut faire face en arrière en pivotant sur le talon gauche et en portant le pied droit sur 2. Pendant ce mouvement, on maintient la canne dans la position du coup de bout, de manière qu'étant face en arrière, elle soit placée sur l'épaule droite, la main levée dans la position prescrite pour les moulinets latéraux de la première partie (§§ 3, 4, 5, 6).

§ 53. — Feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 3, un coup de bout en dessus en marchant sur 4, faire face en arrière en portant le pied droit sur 2, deux brisés sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce, en marchant sur 5, un coup de bout en dessus, en marchant sur 6, faire face en arrière, en portant le pied droit sur 4, deux brisés sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 7, un coup de bout en dessus en marchant sur 8, faire face en arrière, en pivotant le pied droit sur 6, deux brisés sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 9, un coup de bout en dessus en marchant sur 2, faire face en arrière en portant le pied

droit sur 8, deux brisés sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 3, un coup de bout en dessus en marchant sur 4, faire face en arrière en portant le pied droit sur 2, deux brisés sur place, deux coups de figure quarte en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

13e Exercice

Deux coups de figure tierce en marchant. Deux coups de figure quarte en avant sur place. Deux coups de figure tierce en arrière sur place. Deux coups de figure quarte en marchant.

§ 54. — *Observation.* — Il est bien entendu qu'il ne faut pas bouger les pieds pendant l'exécution des coups sur place, mais comme ceux-ci se portent tantôt en avant, tantôt en arrière, il faut tourner et incliner un peu le corps du côté où on les porte.

§ 55. — Porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux coups de figure quarte en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 5, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux coups de figure quarte en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 7, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux coups de figure quarte en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 9, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux coups de figure quarte en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place,

et deux coups de figure quarte en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

14e Exercice

Deux coups de figure tierce en marchant. Deux coups de figure quarte en avant sur place. Deux coups de figure tierce en arrière sur place. Deux brisés en marchant.

§ 56. — Porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place et deux brisés en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 5, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux brisés en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 7, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux brisés en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 9, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux brisés en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, et deux brisés en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

15e Exercice

Deux coups de figure tierce en marchant. Deux brisés en marchant Deux enlevés en rompant. Deux brisés en marchant.

§ 57. — *Observation.* — Les enlevés s'exécutent comme il est prescrit (§ 8), mais ici, il faut exécuter sur place un moulinet latéral et vertical en arrière à gauche, puis en rompant un mou-

linet latéral et vertical en arrière à droite, c'est-à-dire que pour ce dernier, il faut, en pivotant sur le talon gauche, poser le pied droit sur le chiffre qui se trouve derrière le pied gauche.

§ 58. — Porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux brisés en marchant sur 4, deux enlevés en rompant sur 2, et deux brisés en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 5, deux brisés en marchant sur 6, deux enlevés en rompant sur 4, et deux brisés en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 7, deux brisés en marchant sur 8, deux enlevés en rompant sur 6, et deux brisés en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 9, deux brisés en marchant sur 2, deux enlevés en rompant sur 8, et deux brisés en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux brisés en marchant sur 4, deux enlevés en rompant sur 2, et deux brisés en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

16e Exercice

Feinte de deux coups de figure tierce en marchant. Un coup de bout en dessus sur place. Deux coups de figure quarte sur place. Deux coups de figure tierce en arrière sur place. Deux brisés en marchant.

§ 59. — Feinte de deux coups de figure tierce, en marchant sur 3, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 5, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure quarte en avant sur

place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 7, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 9, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, faire une feinte de deux coups de figure tierce en marchant sur 3, un coup de bout en dessus sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

17e Exercice

Deux coups de figure tierce en marchant. Un coup de figure quarte sur place. Un coup de bout en dessous sur place. Deux coups de bout à deux mains sur place, en arrière et en avant. Deux coups de figure quarte sur place. Deux coups de figure tierce en arrière sur place. Deux brisés en marchant.

§ 60. — *Observation.* — Après le coup de figure quarte sur place, il faut exécuter le coup de bout en dessous comme il est prescrit (§ 26), puis, pour porter les coups de bout à deux mains, il faut saisir la canne de la main gauche et exécuter ce qui est prescrit pour le coup de bout à deux mains (§ 28).

§ 61. — Porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de bout en dessous sur place, deux coups de bout à deux mains, l'un en arrière, l'autre en avant sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de

figure tierce en marchant sur 5, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de bout en dessous sur place, deux coups de bout à deux mains, l'un en arrière, l'autre en avant sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 7, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de bout en dessous sur place, deux coups de bout à deux mains, l'un en arrière, l'autre en avant sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 9, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de bout en dessous sur place, deux coups de bout à deux mains, l'un en arrière, l'autre en avant sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, un coup de figure quarte en avant sur place, un coup de bout en dessous sur place, deux coups de bout à deux mains, l'un en arrière et l'autre en avant sur place, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

18e Exercice

Deux coups de figure tierce en marchant. Deux coups de tête sur place. Un coup de bout en dessous en marchant. Un coup de bout én dessous en rompant. Deux coups de figure quarte en avant sur place. Deux coups de figure tierce en arrière sur place. Deux brisés en marchant.

§ 62. — Porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de tête sur place, un coup de bout en dessous en

marchant sur 4, un coup de bout en dessous en rompant sur 2, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 5, deux coups de tête sur place, un coup de bout en dessous en marchant sur 6, un coup de bout en dessous en rompant sur 4, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 7, deux coups de tête sur place, un coup de bout en dessous en marchant sur 8, un coup de bout en dessous en rompant sur 6, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 9, deux coups de tête sur place, un coup de bout en dessous en marchant sur 2, un coup de bout en dessous en rompant sur 8, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de tête sur place, un coup de bout en dessous en marchant sur 4, un coup de bout en dessous en rompant sur 2, deux coups de figure quarte en avant sur place, deux coups de figure tierce en arrière sur place, deux brisés en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

19e Exercice

Deux coups de figure tierce en marchant. Deux coups de tête en marchant. Deux coups de figure quarte sur place. Deux coups de figure tierce en rompant. Deux coups de tête en marchant. Deux enlevés en rompant. Deux brisés sur place. Un coup de tête en marchant.

§ 63. — Porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de tête en marchant sur 4, deux coups de figure

quarte sur place, deux coups de figure tierce en rompant sur 2, deux coups de tête en marchant sur 4, deux enlevés en rompant sur 2, deux brisés sur place, un coup de tête en marchant sur 4.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 5, deux coups de tête en marchant sur 6, deux coups de figure quarte sur place, deux coups de figure tierce en rompant sur 4, deux coups de tête en marchant sur 6, deux enlevés en rompant sur 4, deux brisés sur place, un coup de tête en marchant sur 6.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 7, deux coups de tête en marchant sur 8, deux coups de figure quarte sur place, deux coups de figure tierce en rompant sur 6, deux coups de tête en marchant sur 8, deux enlevés en rompant sur 6, deux brisés sur place, un coup de tête en marchant sur 8.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 9, deux coups de tête en marchant sur 2, deux coups de figure quarte sur place, deux coups de figure tierce en rompant sur 8, deux coups de tête en marchant sur 2, deux enlevés en rompant sur 8, deux brisés sur place, un coup de tête en marchant sur 2.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, deux coups de tête en marchant sur 4, deux coups de figure quarte sur place, deux coups de figure tierce en rompant sur 2, deux coups de tête en marchant sur 4, deux enlevés en rompant sur 2, deux brisés sur place, un coup de tête en marchant sur 4. Reprendre la position de repos.

20e Exercice

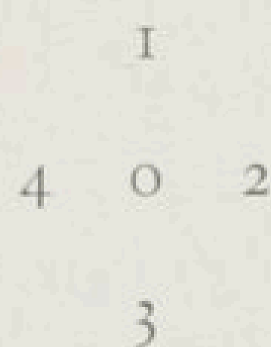
Deux coups de figure tierce en marchant. Trois coups de figure quarte sur place. Trois coups de figure tierce en arrière sur place. Trois coups de figure quarte sur place.

§ 64. — *Observations.* — Pour la facilité de cet exercice, qui s'exécute entièrement sur place, nous croyons utile de nous servir de la figure ci-après.

Nous ferons observer que pendant le cours de cet exercice, le pied droit restera constamment sur o, en conséquence la leçon se terminera le pied gauche sur 1, le pied droit sur o.

Dans cette position, on exécutera la volte.

En raison des cercles que décrit la canne pendant son parcours les anciens nommaient cette leçon « la rose couverte ».



Étant dans la position de repos, mais les deux pieds sur 3, le corps face à 1, il faut se placer garde tierce, en portant le pied droit en avant sur o.

Porter deux coups de figure tierce en marchant sur 1, trois coups de figure quarte en avant sur place, trois coups de figure tierce en arrière sur place, trois coups de figure quarte en avant sur place.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 2, trois coups de figure quarte en avant sur place, trois coups de figure tierce en arrière sur place, trois coups de figure quarte en avant sur place.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 3, trois coups de figure quarte en avant sur place, trois coups de figure tierce en arrière sur place, trois coups de figure quarte en avant sur place.

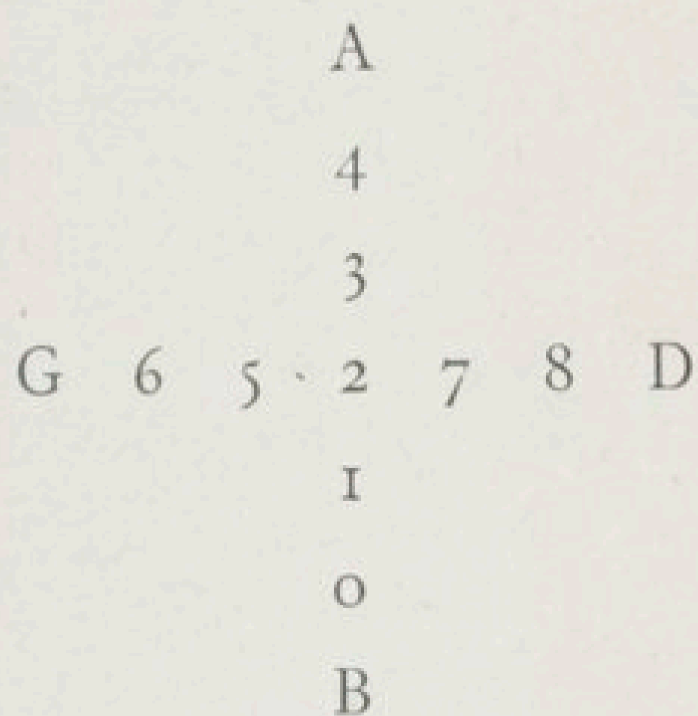
Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 4, trois coups de figure quarte en avant sur place, trois coups de figure tierce en arrière sur place, trois coups de figure quarte en avant sur place.

Faire face à droite, et, en même temps, porter deux coups de figure tierce en marchant sur 1, trois coups de figure quarte en avant sur place, trois coups de figure tierce en arrière sur place, trois coups de figure quarte en avant sur place. Reprendre la position de repos.

21e Exercice

Deux coups de figure tierce en marchant. Un coup de tête en marchant et rompre. Un coup de bout en dessus en marchant. Un coup de tête en rompant. Un coup de bout en dessous sur place. Deux coups de tête sur place. Deux coups de figure quarte sur place.

§ 65. — *Observation.* — La figure ci-dessous sert aux explications du présent exercice.



§ 66. — Étant dans la position de repos, les deux pieds sur 1, face à A, il faut se placer en garde tierce, en portant le pied droit sur 2.

Deux coups de figure tierce en marchant sur 3.

Un coup de tête en marchant sur A, rompre sur 2.

Un coup de bout en dessus en marchant sur A.

Un coup de tête en rompant sur 2.

Un coup de bout en dessous sur place.

Deux coups de tête sur place.

Deux coups de figure quarte sur place.

Deux coups de figure tierce, en pivotant sur le pied droit (qui se trouve sur 2) en arrière à droite et en portant le pied gauche sur 5.

Un coup de tête en marchant sur G, rompre sur 2.

Un coup de bout en dessus en marchant sur G.

Un coup de tête en rompant sur 2.

Un coup de bout en dessous sur place.

Deux coups de tête sur place.

Deux coups de figure quarte sur place.

Deux coups de figure tierce, en pivotant sur le pied droit en arrière à droite et en portant le pied gauche sur 1.

Un coup de tête en marchant sur B, rompre sur 2.

Un coup de bout en dessus en marchant sur B.

Un coup de tête en rompant sur 2.

Un coup de bout en dessous sur place.

Deux coups de tête sur place.

Deux coups de figure quarte sur place.

Deux coups de figure tierce en pivotant sur le pied droit, en arrière à droite et en portant le pied gauche sur 7.

Un coup de tête en marchant sur D, rompre sur 2.

Un coup de bout en dessus en marchant sur D.

Un coup de tête en rompant sur 2.

Un coup de bout en dessous sur place.

Deux coups de tête sur place.

Deux coups de figure quarte sur place.

Deux coups de figure tierce en pivotant sur le pied droit, en arrière à droite et en portant le pied gauche sur 3.

Deux brisés en marchant sur A, puis la volte. Reprendre la position de repos.

§ 67. — *Observation.* — Le présent exercice peut aussi s'exécuter en commençant par la face D et continuer ensuite par les faces A, G, B. Puis, en portant deux coups de figure tierce, revenir face à A, et terminer par deux brisés, suivis de la volte.

Tous ces exercices peuvent se combiner à l'infini ; ils indiquent qu'on peut se mouvoir en cadence et en harmonie.

LA VOLTE

§ 68. — La volte a pour but de se défendre contre un grand nombre d'adversaires et de pouvoir se dégager alors qu'on est serré de près.

C'est un exercice difficile, mais son utilité pratique est telle

que nous engageons vivement le lecteur à faire tous ses efforts pour en devenir bientôt maître.

Afin de la bien faire comprendre, nous en faisons une leçon spéciale, mais ainsi que nous l'avons déjà dit au § 38, la volte fait partie de toutes les leçons sur quatre faces et devra être ajoutée à la fin de chacune d'elles ; d'ailleurs ces leçons finissant toujours avec le pied gauche sur 3 et le pied droit sur 4, on se trouve naturellement placé en garde tierce pour le commencement de la volte.

La volte peut se décomposer, comme nous allons l'expliquer, en six parties dans chacune desquelles les mouvements de jambes et de canne devront être exécutés en parfaite harmonie et sans arrêt.

Explication de la Volte

§ 69. — Étant en garde tierce, le pied gauche sur 3 et le pied droit sur 4, il faut :

1° Faire face en arrière, en pivotant à droite sur le pied gauche et en posant le pied droit sur 2 ; porter un coup de figure tierce en arrière, poser le pied gauche sur 1 en pivotant à droite sur le pied droit, et porter en même temps un coup de figure tierce en avant; faire face en avant en pivotant à droite sur le pied gauche et en posant le pied droit sur 0 ; porter en même temps un coup de figure tierce en arrière.

2° Porter un coup de figure quarte en avant sur place ; porter un coup de figure quarte en arrière en pivotant à gauche sur le pied gauche et en posant le pied droit sur 2 ; porter un coup de figure quarte en avant, en pivotant à gauche sur le pied droit et en posant le pied gauche sur 3.

3° Porter un coup de figure tierce en arrière sur place ; porter un coup de figure tierce en avant, en pivotant à droite sur le pied droit et en posant le pied gauche sur 1 ; porter un coup de figure tierce en arrière en pivotant à droite sur le pied gauche et en posant le pied droit sur 0.

4° Porter deux coups de figure quarte en marchant sur 2,

deux coups de figure tierce en marchant sur 3 ; deux brisés en marchant sur 4.

5° Faire face en arrière en portant un coup de figure quarte sur place ; porter un coup de figure quarte en avant, en pivotant à gauche sur le pied gauche et en posant le pied droit sur 2 ; porter un coup de figure quarte en arrière en pivotant à gauche sur le pied droit et en posant le pied gauche sur 1.

6° En pivotant sur le pied gauche, porter un coup de jambe oblique tierce en rompant sur 0 ; porter un coup de jambe oblique quarte en marchant sur 2 ; porter un coup de jambe oblique tierce en rompant sur 0 ; faire deux brisés en marchant sur 2. Reprendre la position de repos.

FIN DE LA DEUXIÈME PARTIE

TROISIÈME PARTIE

Attaques, Parades, Ripostes

EXERCICES A DEUX ADVERSAIRES.

§ 70. — Les attaques, composées des principaux coups ci-dessous, sont au nombre de neuf :

1° *Coup de figure tierce;*
2° *Coup de figure quarte;*
3° *Coup de flanc tierce;*
4° *Coup de flanc quarte;*
5° *Coup de jambe tierce;*
6° *Coup de jambe quarte;*
7° *Coup de tête;*
8° *Coup de bout en dessus;*
9° *Coup de bout en dessous.*

Chacun de ces coups a sa parade particulière.

§ 71. — Dans cette partie, comme dans les précédentes, nous nous servirons pour la dénomination des coups, parades et rispostes, des indications *tierce* et *quarte*. Le mot tierce veut dire à gauche, et quarte veut dire à droite; par conséquent, lorsqu'on porte un coup de figure, de flanc ou de jambe quarte, le coup partant de droite doit être dirigé vers le côté gauche de l'adversaire, et lorsqu'on porte un coup de figure, de flanc ou de jambe tierce, le coup partant de gauche doit être dirigé vers le côté droit de l'adversaire.

Ainsi l'adversaire pare tous les coups tierce à sa droite, et tous les coups quarte à sa gauche.

Les ripostes ne sont que la répétition des neuf coups principaux cités plus haut, et s'exécutent à la suite d'une parade d'un des dits coups.

POSITION DE LA GARDE

§ 72. — La position de la garde pour l'exercice de la canne est à peu près la même que pour l'escrime à l'épée.

Il y a la garde tierce et la garde quarte.

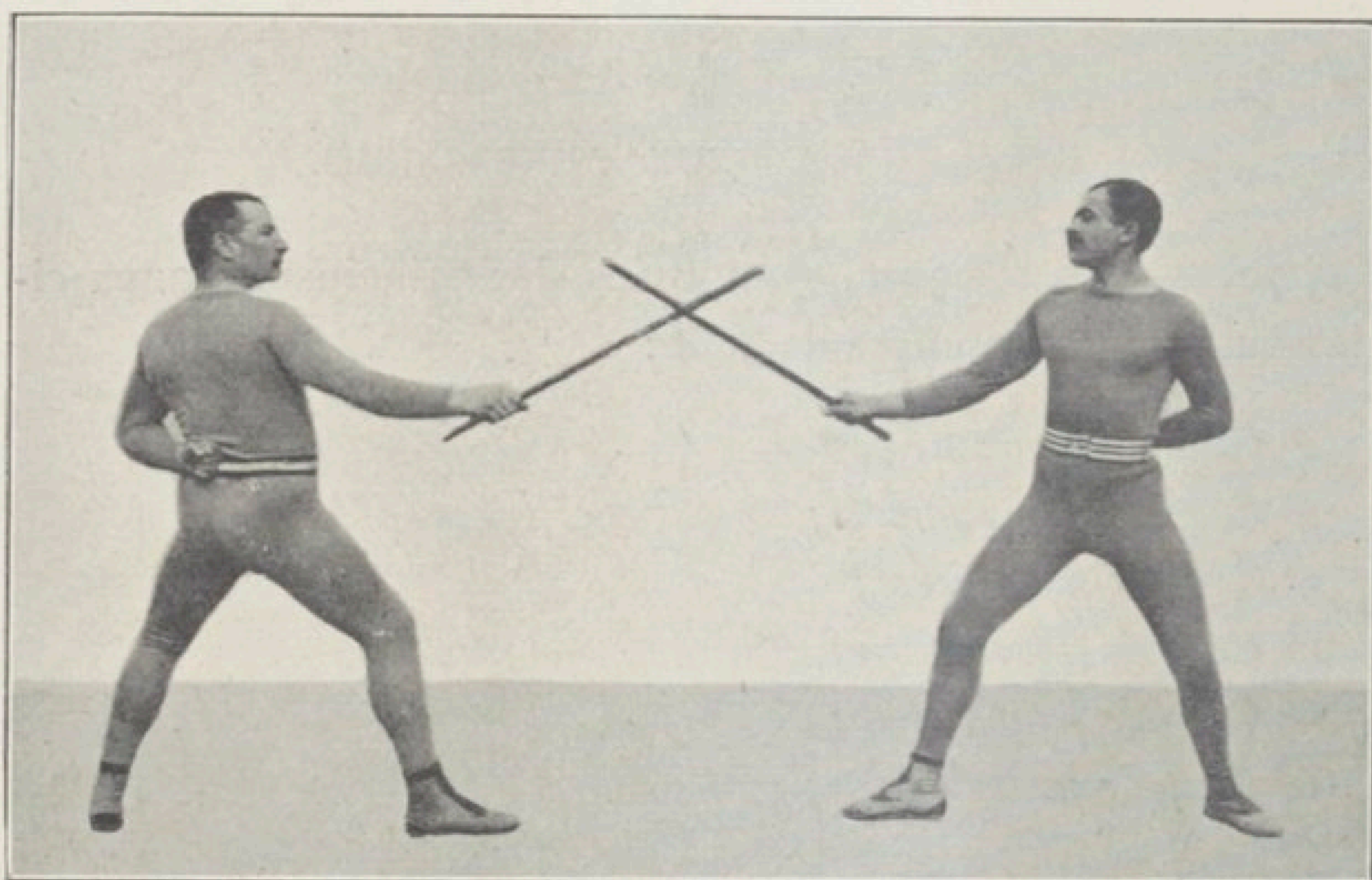


Fig. 21. — Garde tierce

Garde tierce

§ 73. — Étant dans la position de repos, les deux pieds sur 1, il faut, pour se placer en garde tierce ; porter le pied droit en avant sur 2, fléchir les jambes, le corps d'aplomb, mais reposant un peu plus sur la jambe gauche, l'épaule gauche effacée, la tête droite, le haut du bras droit légèrement en avant, l'avant-bras horizontal, le coude près du corps sans le toucher, la main un peu à droite et tournée en tierce, c'est-à-dire le dos en dessus, les doigts en dessous, la canne sur le prolongement de l'avant-bras, le petit bout dirigé à hauteur et en face de la figure de l'adversaire. (Voir fig. 21.)

Le bras gauche conserve toujours sa position effacée derrière le corps.

La position de garde tierce indique que la main est placée pour diriger tout de suite les feintes ou les coups en quarte.

Quand deux adversaires se placent l'un vis-à-vis de l'autre, en garde tierce, les cannes doivent se croiser à environ 15 centimètres du petit bout, et chacun d'eux doit sentir la canne de l'autre à sa droite.

Il est bien entendu que cette règle ne s'applique qu'aux leçons; pour l'assaut et le combat les adversaires se placent comme bon leur semble.

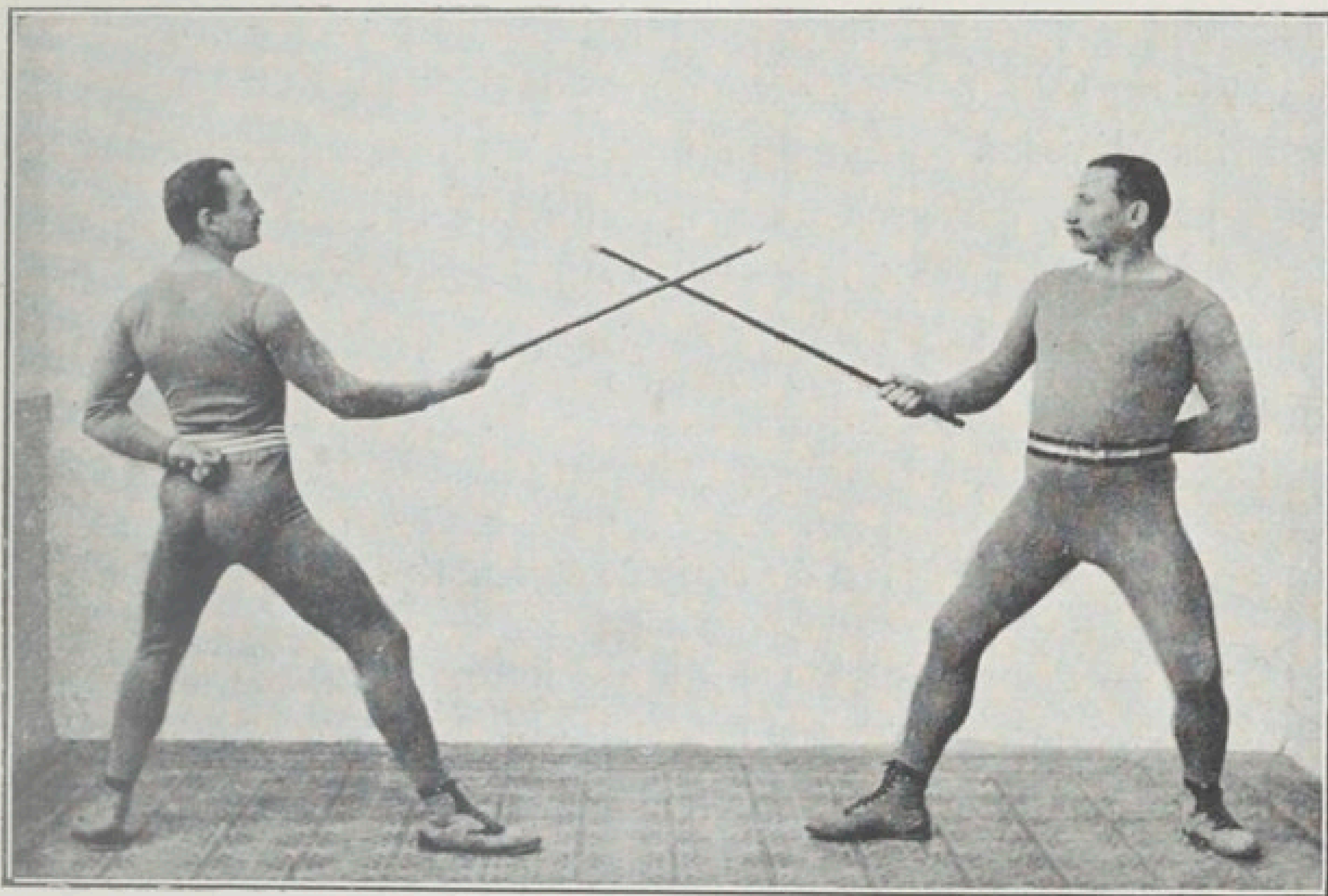


FIG. 22. — Garde quarte

Garde quarte

§ 74. — La garde quarte est absolument la même que la garde tierce; la seule différence consiste dans la position de la main qui doit, ici, être tournée en quarte, les doigts en dessus et le dos en dessous. (Voir fig. 22.)

La position de garde quarte indique que la main est placée pour diriger tout de suite les feintes ou les coups en tierce.

Deux adversaires en garde quarte doivent sentir leur canne à leur gauche.

§ 75. — *Observation générale.* — Nous rappelons pour mémoire, qu'étant en garde tierce ou quarte, il faut pour porter tous les coups, se relever, en rapportant le pied droit en arrière sur 1, comme pour la position de repos, et placer la canne horizontalement derrière le cou, ensuite se fendre en avant en portant le pied droit sur 3, la jambe gauche tendue dans toute sa longueur, la jambe droite ployée de manière qu'elle soit placée perpendiculairement au pied.

PARADES PRINCIPALES

§ 76. — *Observation générale.* — Nous ne saurions trop engager les élèves à bien maintenir leur canne pendant l'exécution des parades, car sans cela, la canne de l'adversaire pourrait, ainsi qu'il sera facile de s'en rendre compte, non seulement glisser sur les doigts, mais encore atteindre la partie du corps qui serait mal garantie.

Parade du coup de figure tierce

§ 77. — Pour parer le coup de figure tierce, il faut, en se relevant, rapporter le pied droit en arrière sur 1 et porter en même temps le bras vers la droite de telle façon que la main se trouve à une distance d'environ trente centimètres du corps, l'avant-bras horizontal à la hauteur du téton droit et la canne tenue verticalement, le petit bout en haut.

Au moment où l'adversaire porte son coup, il faut opposer une forte résistance au choc en ayant bien soin de maintenir la canne perpendiculairement, afin de ne pas laisser glisser le coup sur les doigts. (Voir fig. 23.)

Parade du coup de figure quarte

§ 78. — Pour parer le coup de figure quarte, il faut, en se relevant, rapporter le pied droit en arrière sur 1 et porter en

même temps le bras vers la gauche de telle façon que la main se trouve à une distance d'environ trente centimètres du corps,

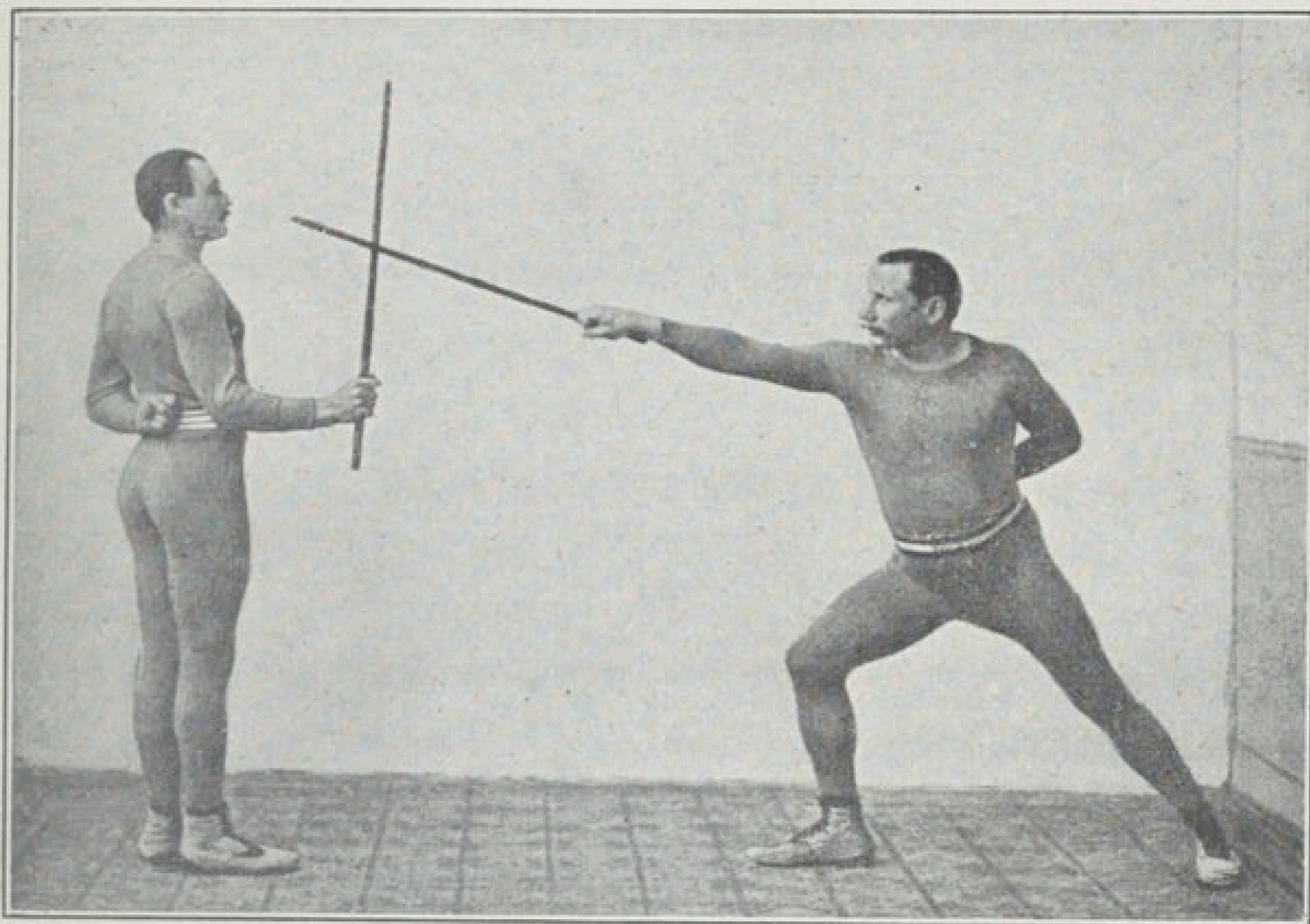


Fig. 23. — Parade du coup de figure tierce

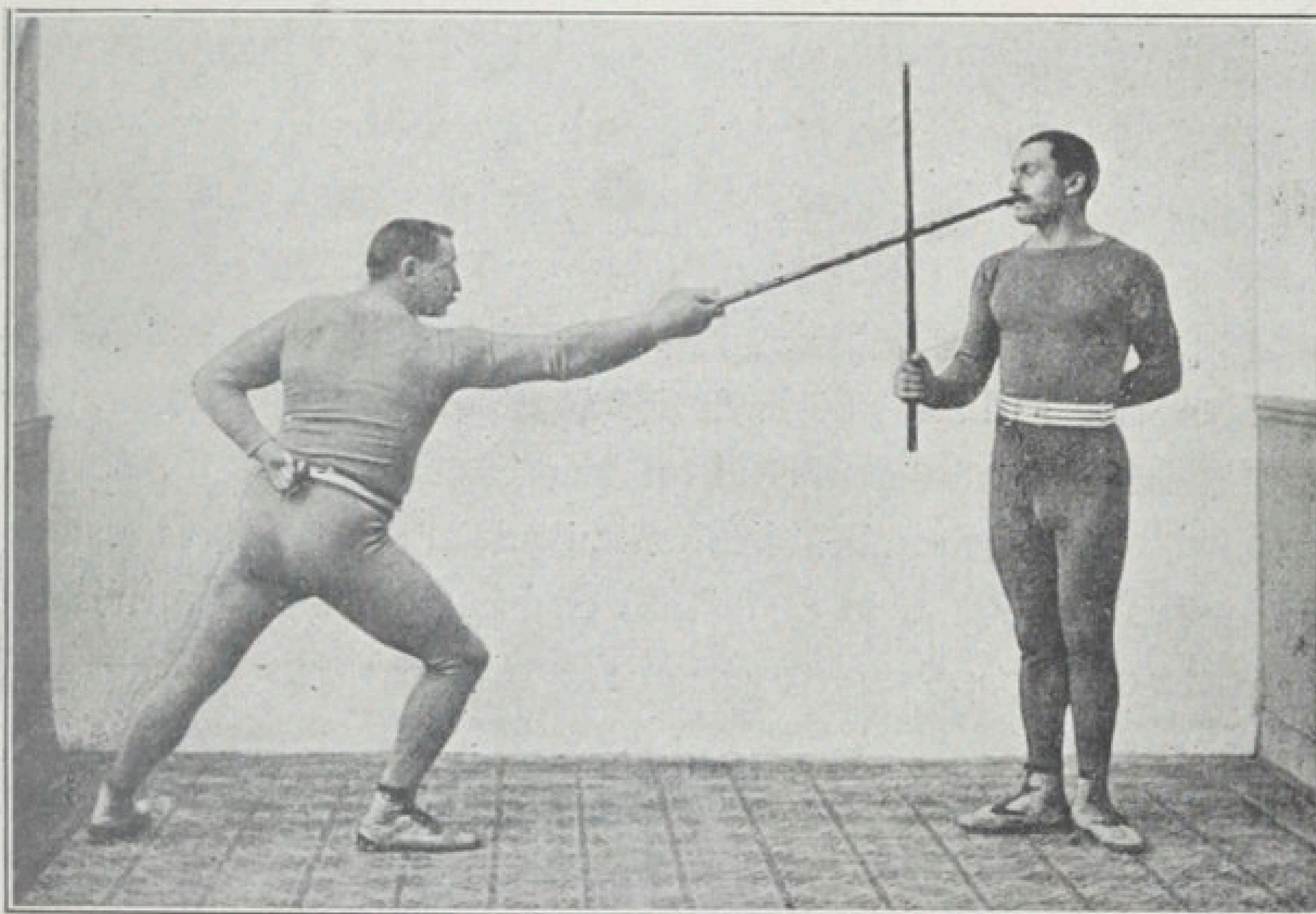


Fig. 24. — Parade du coup de figure quarte

l'avant-bras horizontal à la hauteur du téton gauche et la canne tenue verticalement le petit bout en haut. (Voir fig. 24.)

Au moment où l'adversaire porte son coup, il faut opposer une forte résistance au choc, en ayant bien soin de maintenir la canne perpendiculairement, afin de ne pas laisser glisser le coup sur les doigts.

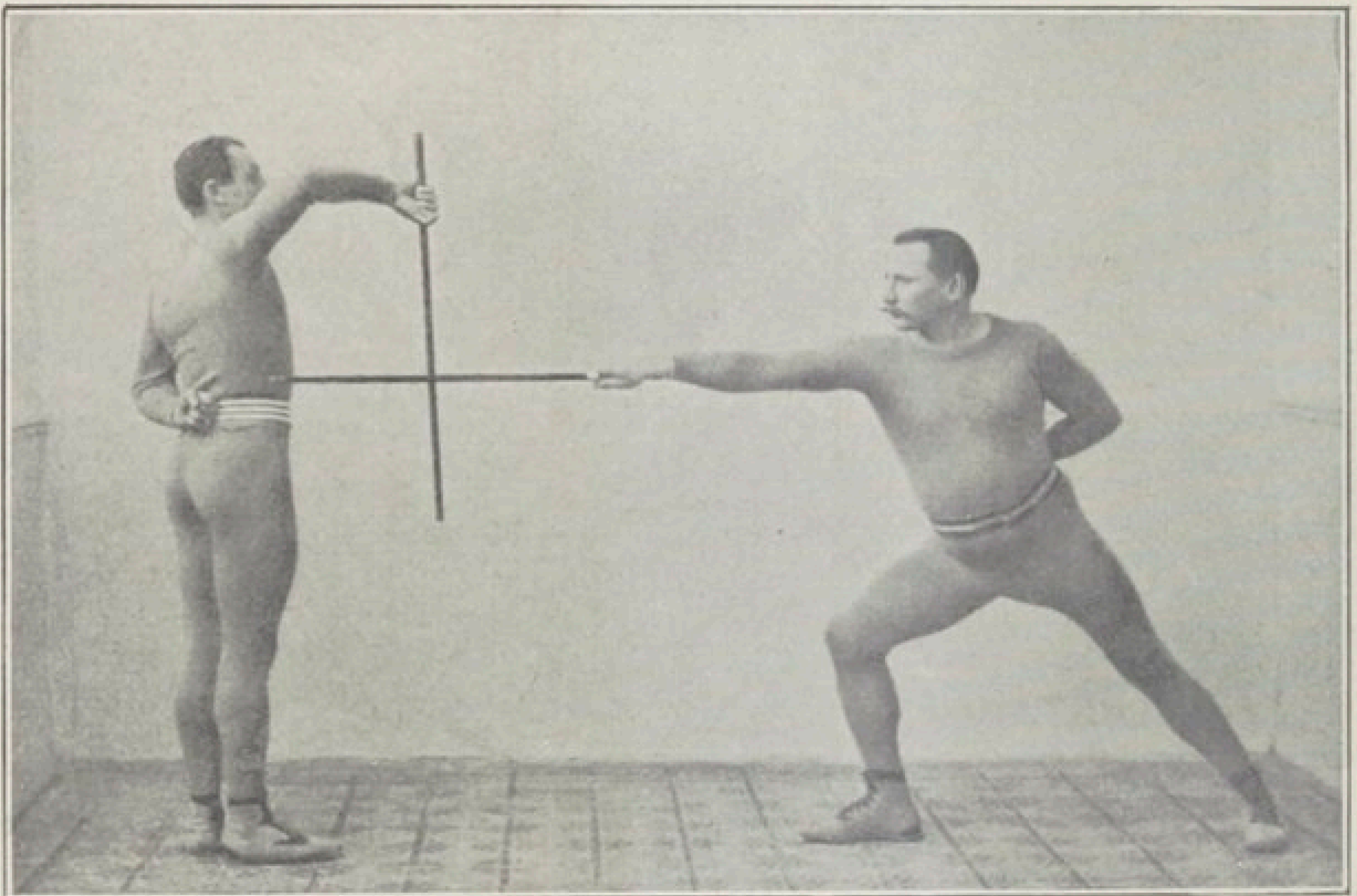


Fig. 25. — Parade du coup de flanc tierce

Parade du coup de flanc tierce

§ 79. — Pour parer le coup de flanc tierce, il faut, en se relevant, porter le bras vers la droite de telle façon que la main se trouve à une distance d'environ trente centimètres du corps, l'avant-bras horizontal à la hauteur de l'épaule et la canne tenue verticalement, le petit bout en bas, les doigts tournés en avant. (Voir fig. 25.)

Parade du coup de flanc quarte

§ 80. Pour parer le coup de flanc quarte, il faut, en se relevant, porter le bras vers la gauche de telle façon que la main se trouve à une distance d'environ trente centimètres du corps, les doigts tournés en avant, l'avant-bras horizontal à la hauteur du

sommet de la tête et la canne tenue verticalement, le petit bout en bas. (Voir fig. 26.)

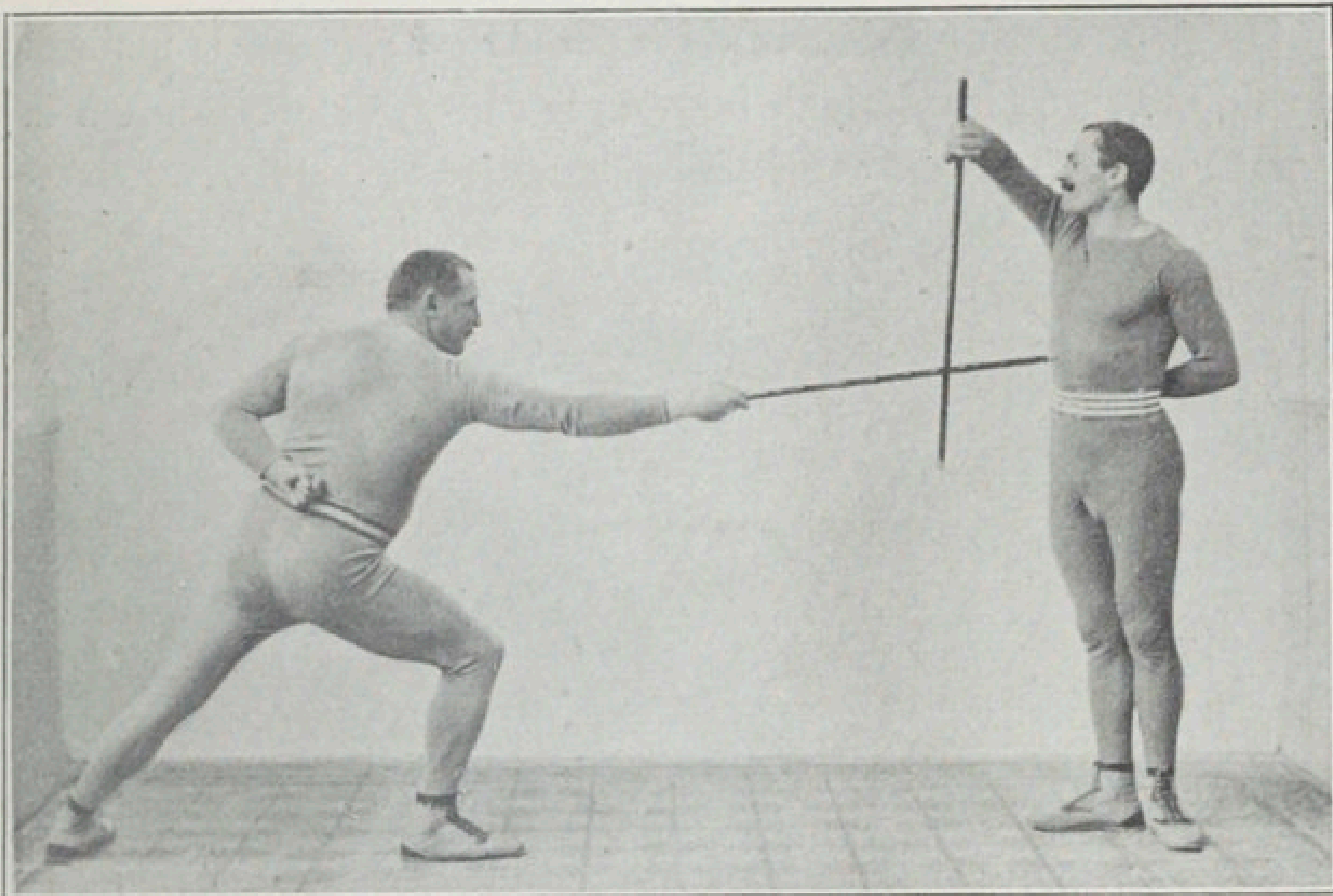


FIG. 26. — Parade du coup de flanc quarte

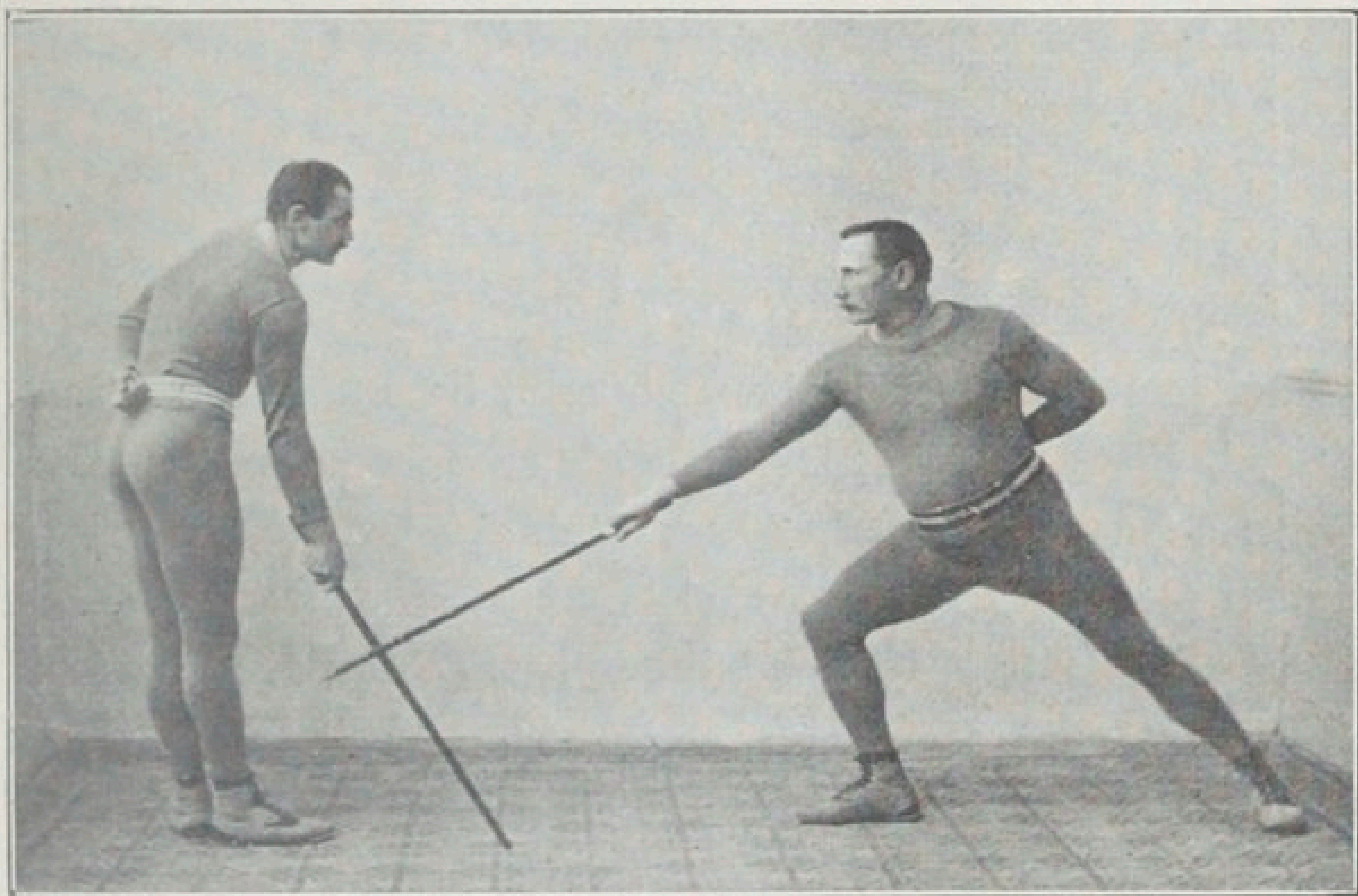


FIG. 27. — Parade du coup de jambe tierce

Parade du coup de jambe tierce

§ 81. — Pour parer la jambe tierce, il faut, en se relevant, porter le bras tendu vers la droite, de telle façon que la main se

trouve à une distance d'environ trente centimètres du corps, à hauteur de la ceinture, les doigts tournés en avant, la canne tenue verticalement le petit bout en bas. (Voir fig. 27.)

On peut encore exécuter cette parade en baissant la main et en appuyant à terre le petit bout de la canne, ce qui donne à la parade une plus grande résistance pour arrêter le coup.

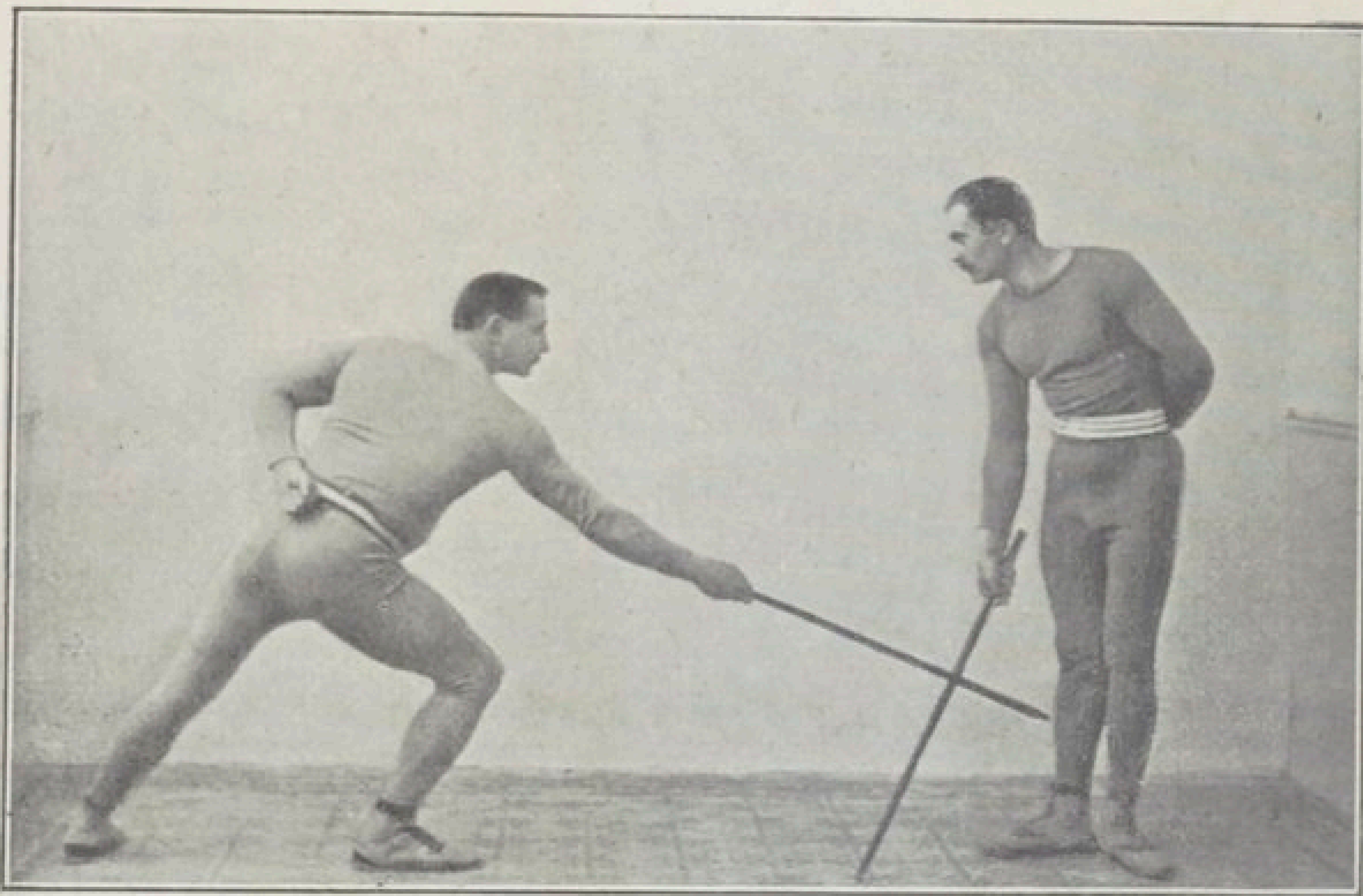


FIG. 28. — Parade du coup de jambe quarte

Parade du coup de jambe quarte

§ 82. — Pour parer la jambe quarte, il faut, en se relevant, porter le bras tendu vers la gauche, de telle façon que la main se trouve à une distance d'environ trente centimètres du corps, à hauteur de la ceinture, les doigts tournés en avant, la canne tenue verticalement, le petit bout en bas. (Voir fig. 28.)

On peut encore exécuter cette parade en baissant la main et en appuyant à terre le petit bout de la canne, ce qui donne à la parade une plus grande résistance pour arrêter le coup.

Parade du coup de tête

§ 83. — Pour parer la tête, il faut, en se relevant, lever le bras allongé de toute sa longueur vers la droite, de telle façon que

la main se trouve placée à vingt centimètres environ au dessus et à trente centimètres environ en avant de la tête, les doigts

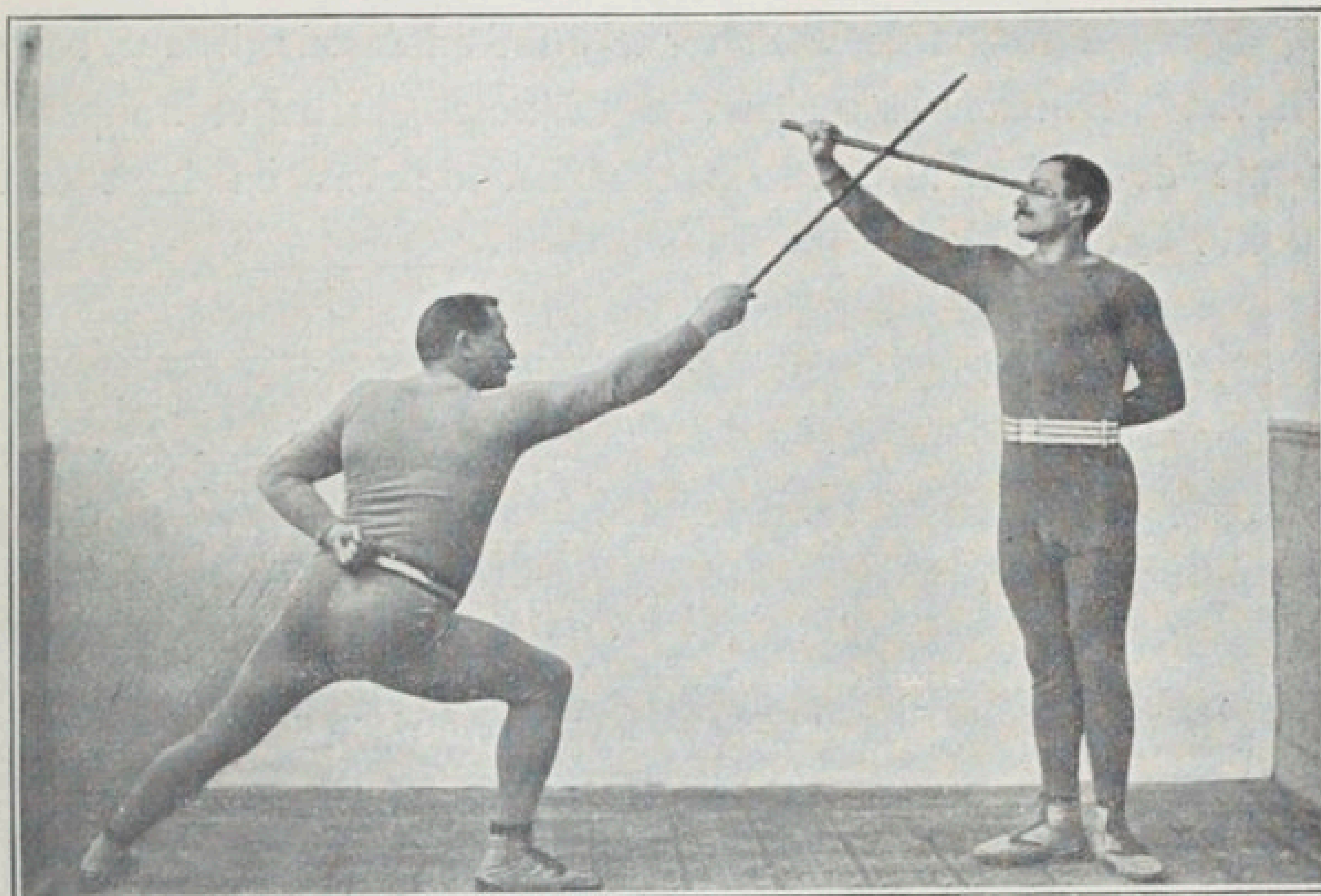


Fig. 29. — Parade du coup de tête

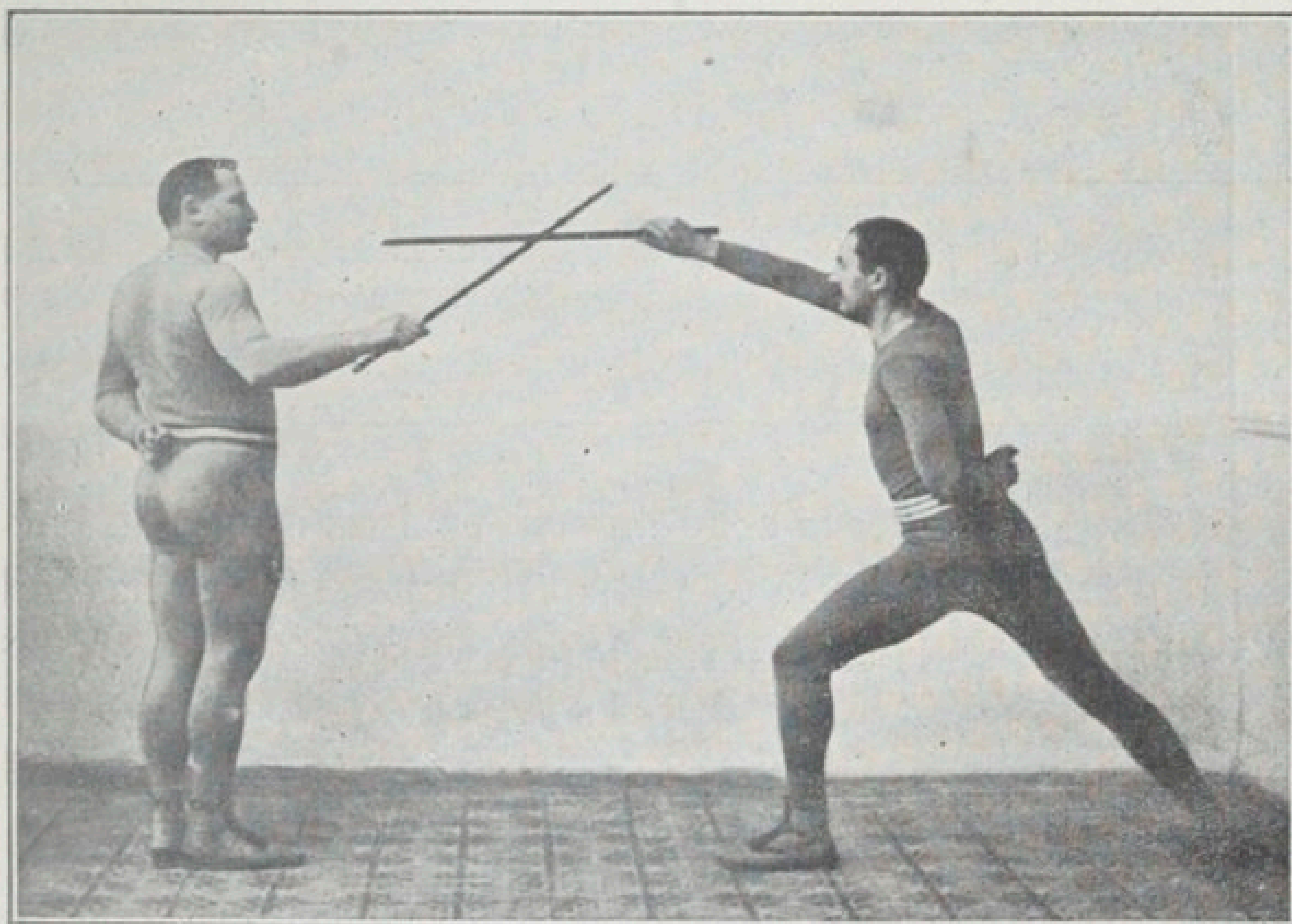


Fig. 30. — Parade du coup de bout en dessus

tournés en avant, le petit bout de la canne dirigé vers la gauche et plus bas que la main d'environ quinze centimètres. (Voir fig. 29.)

Parade du coup de bout en dessus

§ 84. — Pour parer le coup de bout en dessus, il faut, en se relevant, ramener la main vers l'épaule gauche et frapper la canne de l'adversaire en la chassant de bas en haut et à droite. (Voir fig. 30.)

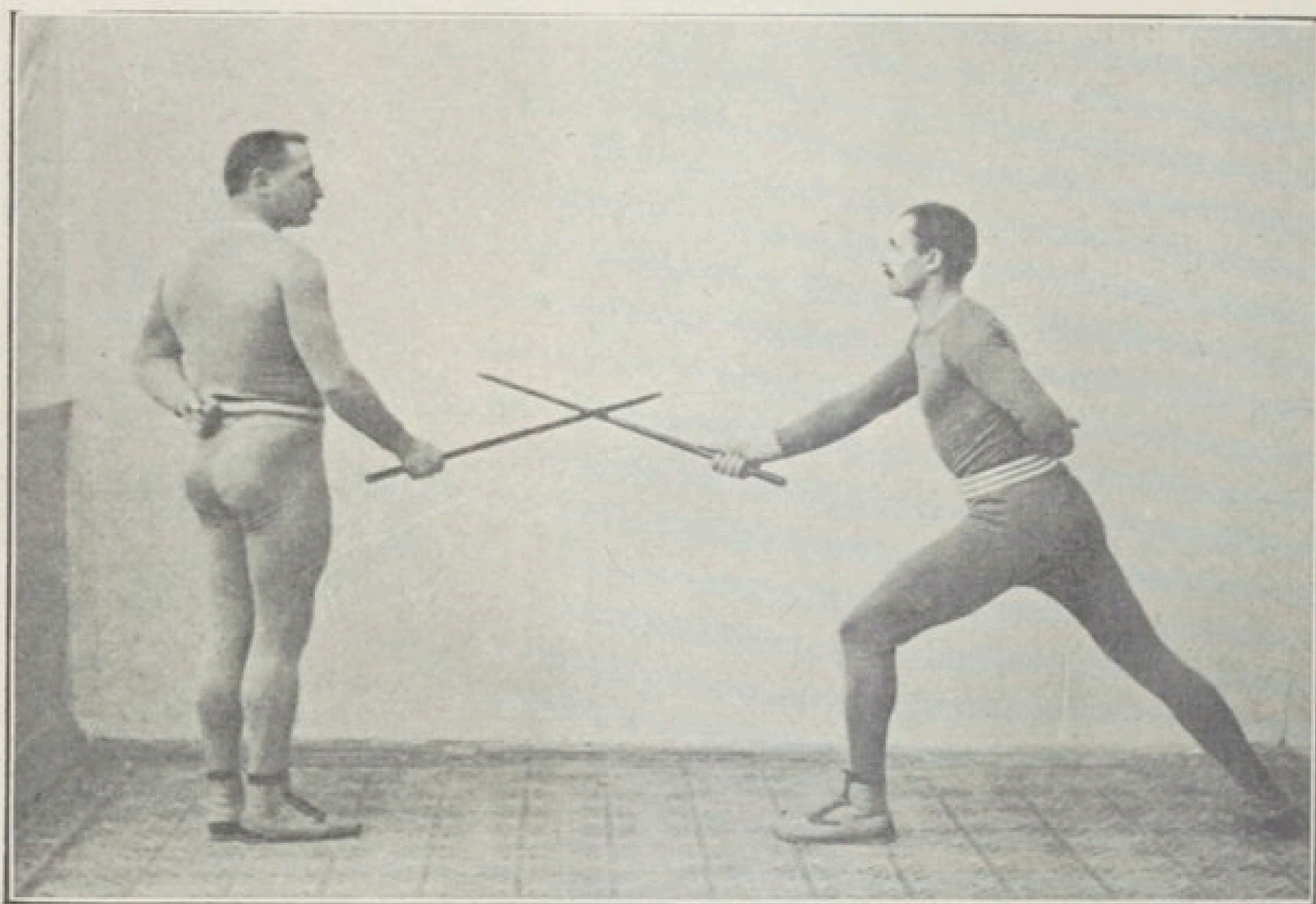


Fig. 31. — Parade du coup de bout en dessous

Parade du coup de bout en dessous

§ 85. — Pour parer le coup de bout en dessous, il faut, en se relevant, ramener la main vers l'épaule droite et frapper la canne de l'adversaire en la chassant de haut en bas et à gauche. (Voir fig. 31.)

§ 86. — Nous croyons superflu de faire une démonstration spéciale pour les coups de manchettes ainsi que pour leurs parades, attendu que pour exécuter les premiers on se sert des coups de figure, de flanc et de tête. Ainsi par exemple, si l'adversaire pare le coup de tête, il est facile de diriger le coup sur l'avant-bras ou le bras, en se servant du coup de figure tierce; également si l'adversaire pare le coup de figure ou de flanc, il

est facile de diriger le coup sur l'avant-bras en se servant du coup de tête ; et ainsi pour les autres coups.

Pour les parades des coups de manchettes, on se sert également des parades de coup de figure, de flanc et de tête.

Nous laissons aux élèves le soin d'exercer leur initiative sur ces différents mouvements.

AUTRES MANIÈRES DE PARER

§ 87. — Les parades que nous venons d'étudier correspondent aux neuf coups principaux, mais, afin de ne laisser

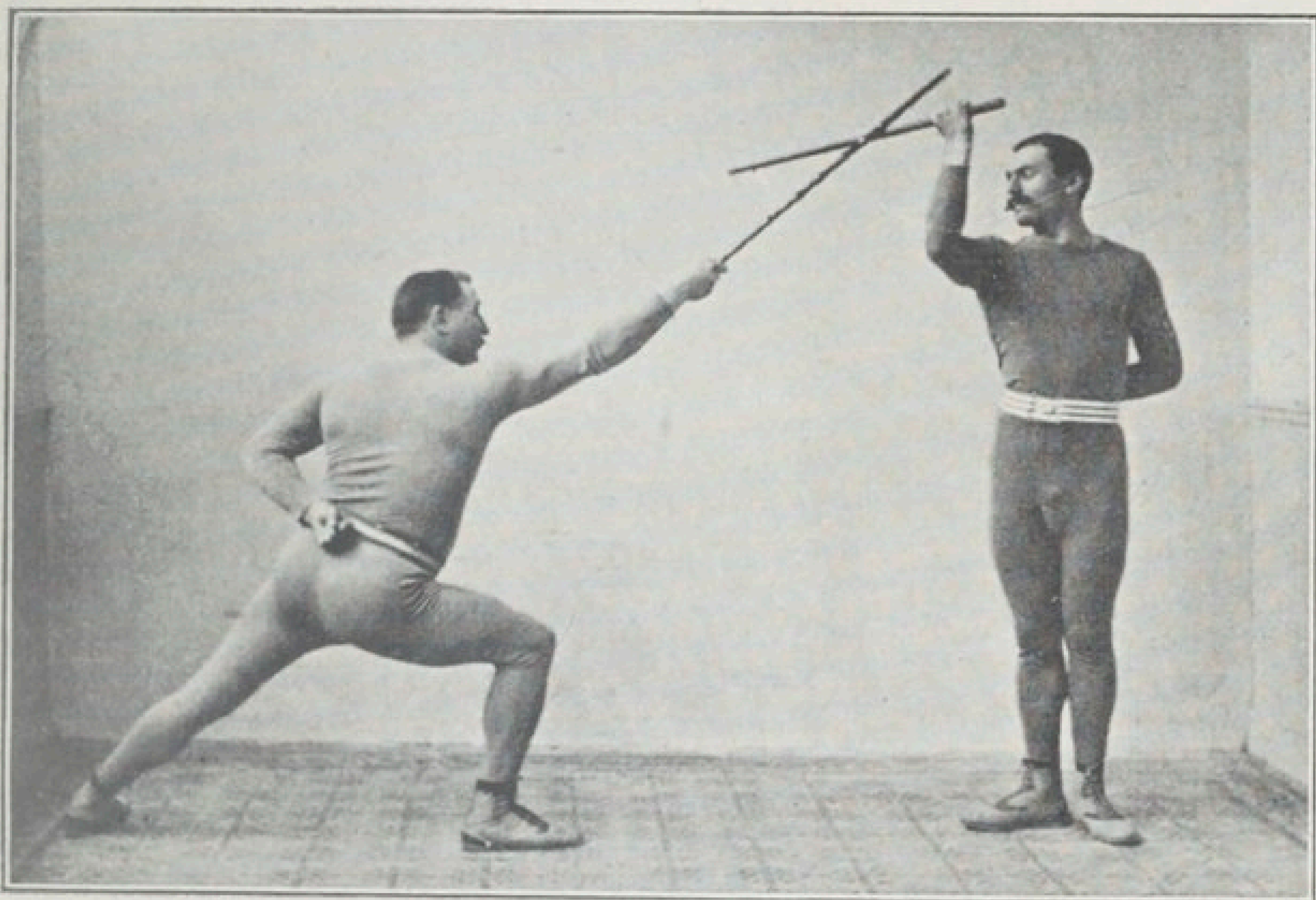


FIG. 32. — Parade du coup de tête la main renversée

ignorer aux lecteurs aucun des moyens propres à leur défense, dans toutes les circonstances qui pourraient se présenter, nous allons leur expliquer encore quelques autres parades dont ils reconnaîtront la parfaite utilité.

1° On peut parer le coup de figure quarte, avec la parade du coup de flanc quarte, il suffit de lever la main plus haut. Elle tient ainsi le milieu entre celle du coup de flanc et celle du coup de tête.

Les anciens maîtres nommaient cette parade : la prime.

L'exécuter en tierce est moins facile.

§ 88. — 2° La parade du coup de tête peut s'exécuter de deux manières : *a*) Contrairement à celle qui a été déjà expliquée, il faut placer la main droite à gauche, en avant et au dessus du sommet de la tête, le petit bout de la canne à droite et plus bas que la main, les doigts face à soi. Par la position de la main, cette parade facilite les ripostes en tierce. (Voir fig. 32.)

b) Dans le cas où un adversaire porterait un coup de tête avec un bâton d'une grosseur exagérée, il faudrait parer le coup avec les deux mains, en saisissant la canne avec la main gauche, à quinze centimètres environ du petit bout, puis tendre les deux bras de toute leur longueur, en avant et au-dessus du sommet de la tête.

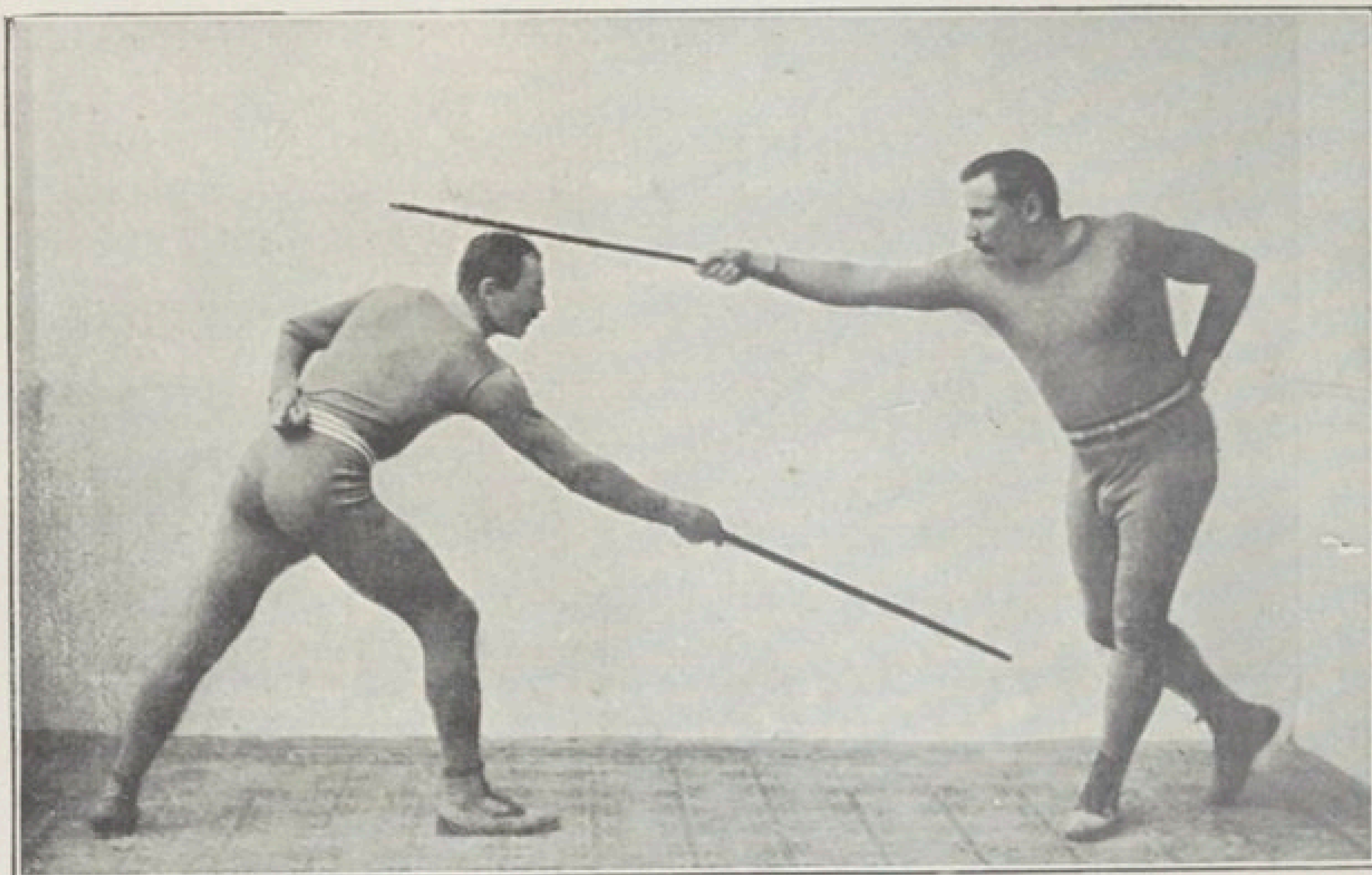


Fig. 33. — Esquive du coup de jambe quarte et riposte du coup de tête

§ 89. — On peut aussi pour la même raison que pour la parade du coup de tête, parer la figure tierce ou quarte avec les deux mains.

§ 90. — 3° Les coups de jambes peuvent se parer en esquivant le coup, c'est-à-dire en portant en arrière la jambe qui est visée.

Ce mouvement facilite la riposte qui peut se faire presque simultanément avec l'attaque de l'adversaire, ce qui équivaut à un coup d'arrêt. (Voir fig. 33.)

§ 91. — 4° Pour les coups de bout à deux mains, on emploie la parade à deux mains. A cet effet, il faut, au moment où l'adversaire porte le coup, lever les deux bras parallèlement et les rabattre ensemble de haut en bas, avec force, de manière à frapper sur la canne, la main ou le bras de l'adversaire.

Après ce mouvement, on peut riposter de la manière suivante : fléchir les deux bras en les ramenant sur soi-même, à hauteur des deux épaules, puis les détendre vigoureusement en avant pour frapper l'adversaire au visage avec le milieu de la canne.

Il est bien entendu que dans le cas présent, si l'on se sert du coup de bout et de la parade à deux mains, c'est qu'on se trouve dans un endroit trop restreint pour se mouvoir à l'aise et par conséquent dans l'impossibilité de développer ses coups.

LEÇONS ET EXERCICES

---

§ 92. — *Observations générales.* — Tous les exercices impairs des leçons ci-dessous s'exécutent en garde tierce, et tous les exercices pairs en garde quarte.

Exception est faite pour ceux qui commencent par une feinte ou un coup de tête ; ils s'exécutent toujours en garde tierce.

En même temps qu'on pare un coup, il faut se relever en rapportant le pied droit en arrière sur 1.

Pour riposter, il faut en même temps qu'on porte le coup, se fendre comme pour l'attaque, en portant le pied droit en avant sur 3 ; puis on se replace en garde.

Quand deux élèves exécutent des leçons d'attaques et de parades, le premier se relève et attaque en portant son pied droit sur 3 ; le second pare en se relevant et attaque à son tour le pre-

mier, qui pare en se relevant et ainsi de suite. Ces mouvements s'exécutent quatre ou cinq fois, sans se replacer en garde après chacun d'eux.

Pour porter les coups de figure, de flanc ou de jambes, tierce ou quarte, contenus dans la troisième partie, il faut, en se relevant, exécuter ce qui est prescrit pour les troisième et quatrième mouvements des moulinets horizontaux en avant à gauche (tierce) et en avant à droite (quarte) (§§ 10-11, 1re partie). Mais ici, en même temps qu'on détend le bras avec *force* vers la figure, le flanc ou la jambe de l'adversaire, il faut se fendre en avant, en portant le pied droit sur 3, la jambe droite ployée de manière qu'elle soit placée perpendiculairement au pied, la jambe gauche tendue dans toute sa longueur.

PREMIÈRE LEÇON

COUPS SIMPLES, PARADES ET RIPOSTES SIMPLES

§ 93. — *Observation.* — Dans le but d'être utile aux élèves qui voudraient travailler ensemble, nous avons indiqué, au commencement de quelques-unes des leçons qui suivent, la manière de donner une leçon.

1er Exemple. — **Placez-vous en garde tierce**

§ 94. — Relevez-vous. Attaquez-moi d'un coup de figure quarte, replacez-vous en garde; relevez-vous, attaquez-moi d'un coup de figure quarte, je riposte d'un coup de figure quarte, parez et ripostez d'un coup de figure quarte.

§ 95. — 1er Exercice. — Un coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez la figure quarte.

2e Exercice. — Un coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez la figure tierce.

3e Exercice. — Un coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez le flanc quarte.

4e Exercice. — Un coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez le flanc tierce.

5e Exercice. — Un coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez la jambe quarte.

6e Exercice. — Un coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez la jambe tierce.

7e Exercice. — Un coup de tête, parez la tête et ripostez à la tête.

DEUXIÈME LEÇON

DOUBLES COUPS, PARADES SIMPLES, RIPOSTES DOUBLES

2e Exemple. — **Placez-vous en garde tierce**

§ 96. — Relevez-vous. Attaquez-moi d'un double coup de figure quarte, replacez-vous en garde; relevez-vous, attaquez-moi d'un double coup de figure quarte, je riposte d'un coup de figure quarte, parez et ripostez d'un double coup de figure quarte.

§ 97. — 1er Exercice. — Double coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez la figure quarte.

2e Exercice. — Double coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez la figure tierce.

3e Exercice. — Double coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez le flanc quarte.

4e Exercice. — Double coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez le flanc tierce.

5e Exercice. — Double coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez la jambe quarte.

6e Exercice. — Double coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez la jambe tierce.

7e Exercice. — Double coup de tête, parez la tête et ripostez la tête.

TROISIÈME LEÇON

UNE FEINTE ET UN COUP, PARADES ET RIPOSTES SIMPLES

§ 98. — *Observation.* — Les feintes s'exécutent toujours quand on est relevé; on ne doit se fendre que pour porter le coup.

3e Exemple : **Placez-vous en garde tierce**

§ 99. — Relevez-vous. Faites-moi une feinte d'un coup de figure quarte, et frappez la figure tierce, replacez-vous en garde; relevez-vous, faites-moi une feinte d'un coup de figure quarte et frappez la figure tierce; je riposte d'un coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure quarte; je riposte d'un coup de figure tierce, parez et ripostez d'un coup de figure tierce.

§ 100. — 1er Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, frappez figure tierce.

Parez la figure quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

2e Exercice. — Feinte d'un coup de figure tierce, frappez figure quarte.

Parez la figure tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

3e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, frappez le flanc tierce.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

4e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, frappez le flanc quarte.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

5e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, frappez le flanc quarte.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

6e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, frappez le flanc tierce.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

7e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, coup de tête.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la tête et ripostez.

8e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, coup de tête.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la tête et ripostez.

9e Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, frappez le flanc tierce.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc tierce.

10ᵉ EXERCICE. — Feinte d'un coup de figure tierce, frappez flanc quarte.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

11ᵉ EXERCICE. — Feinte d'un coup de flanc quarte, frappez figure tierce.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

12ᵉ EXERCICE. — Feinte d'un coup de flanc tierce, frappez figure quarte.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

13ᵉ EXERCICE. — Feinte d'un coup de figure quarte, frappez flanc quarte.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

14ᵉ EXERCICE. — Feinte d'un coup de figure tierce, frappez flanc tierce.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

15ᵉ EXERCICE. — Feinte d'un coup de flanc quarte, frappez figure quarte.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

16ᵉ EXERCICE. — Feinte d'un coup de flanc tierce, frappez figure tierce.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

QUATRIÈME LEÇON

DEUX FEINTES ET UN COUP, PARADES ET RIPOSTES SIMPLES

4ᵉ EXEMPLE : **Placez-vous en garde tierce**

§ 101. — Relevez-vous. Faites-moi une feinte d'un coup de figure quarte, une feinte d'un coup de figure tierce et frappez la

figure quarte, replacez-vous en garde ; faites-moi une feinte d'un coup de figure quarte, une feinte d'un coup de figure tierce et frappez la figure quarte ; je riposte d'un coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure quarte ; je riposte d'un coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de figure tierce ; je riposte d'un coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure quarte.

§ 102. — 1er Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, feinte d'un coup de figure tierce, frappez figure quarte.

Parez la figure quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

2e Exercice. — Feinte d'un coup de figure tierce, feinte d'un coup de figure quarte, frappez figure tierce.

Parez la figure tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

3e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, feinte d'un coup de flanc tierce, frappez le flanc quarte.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

4e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, feinte d'un coup de flanc quarte, frappez flanc tierce.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

5e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, feinte d'un coup de flanc quarte, frappez la tête.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez, parez la tête et ripostez.

6e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, feinte d'un coup de flanc tierce, frappez la tête.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez, parez la tête et ripostez.

7e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, feinte d'un coup de tête, frappez le flanc quarte.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la tête et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

8e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, feinte d'un coup de tête, frappez le flanc tierce.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la tête et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

9e Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, feinte d'un coup de flanc tierce, frappez figure quarte.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

10e Exercice. — Feinte d'un coup de figure tierce, feinte d'un coup de flanc quarte, frappez figure tierce.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

11e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, feinte d'un coup de figure tierce, frappez flanc quarte.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

12e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, feinte d'un coup de figure quarte, frappez flanc tierce.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

13e Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, feinte d'un coup de flanc quarte, frappez figure quarte.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

14e Exercice. — Feinte d'un coup de figure tierce, feinte d'un coup de flanc tierce, frappez figure tierce.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

15e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, feinte d'un coup de figure quarte, frappez le flanc quarte.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

16e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, feinte d'un coup de figure tierce, frappez flanc tierce.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

CINQUIÈME LEÇON

UNE FEINTE ET UN DOUBLE COUP, PARADES ET RIPOSTES SIMPLES

5e Exemple : **Placez-vous en garde tierce**

§ 103. — Relevez-vous. Faites-moi une feinte d'un coup de figure quarte et frappez un double coup de figure tierce, replacez-vous en garde ; faites-moi une feinte d'un coup de figure quarte et frappez un double coup de figure tierce; je riposte d'un coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure quarte; je riposte d'un coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de figure tierce.

§ 104. — 1er Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, double coup de figure tierce.

Parez la figure quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

2e Exercice. — Feinte d'un coup de figure tierce, double coup de figure quarte.

Parez la figure tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

3e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, double coup de flanc tierce.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

4e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, double coup de flanc quarte.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

5e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, double coup de flanc quarte.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

6e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, double coup de flanc tierce.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

7e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, double coup de tête.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la tête et ripostez.

8e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, double coup de tête.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la tête et ripostez.

9e Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, double coup de flanc tierce.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

10e Exercice. — Feinte d'un coup de figure tierce, double coup de flanc quarte.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

11e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, double coup de figure tierce.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

12e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, double coup de figure quarte.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

13e Exercice. — Feinte d'un coup de figure quarte, double coup de flanc quarte.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

14e Exercice. — Feinte d'un coup de figure tierce, double coup de flanc tierce.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

15e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, double coup de figure quarte.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

16e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, double coup de figure tierce.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

SIXIÈME LEÇON

FEINTE DOUBLE ET UN COUP, PARADES ET RIPOSTES SIMPLES

6e Exemple : **Placez-vous en garde tierce**

§ 105. — Relevez-vous. Faites-moi une feinte d'un double coup de figure quarte et frappez la figure tierce, replacez-vous en garde ; relevez-vous, faites-moi une feinte d'un double coup de figure quarte et frappez la figure tierce; je riposte d'un coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure quarte ; je riposte d'un coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de figure tierce.

§ 106. — 1er Exercice. — Double feinte de figure quarte, frappez la figure tierce.

Parez la figure quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

2e Exercice. — Double feinte de figure tierce, frappez la figure quarte.

Parez la figure tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

3e Exercice. — Double feinte de flanc quarte, frappez le flanc tierce.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

4e Exercice. — Double feinte de flanc tierce, frappez le flanc quarte.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

5e Exercice. — Double feinte de tête, frappez le flanc quarte.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

6e Exercice. — Double feinte de tête, frappez le flanc tierce.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

7e Exercice. — Double feinte de flanc quarte, frappez la tête.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la tête et ripostez.

8e Exercice. — Double feinte de flanc tierce, frappez la tête.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la tête et ripostez.

9e Exercice. — Double feinte de figure quarte, frappez flanc tierce.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

10e Exercice. — Double feinte de figure tierce, frappez flanc quarte.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

11e Exercice. — Double feinte de flanc quarte, frappez figure tierce.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

12e Exercice. — Double feinte de flanc tierce, frappez figure quarte.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

13e Exercice. — Double feinte de figure quarte, frappez flanc quarte.

Parez la figure quarte et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

14e Exercice. — Double feinte de figure tierce, frappez flanc tierce.

Parez la figure tierce et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

15e Exercice. — Double feinte de flanc quarte, frappez figure quarte.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la figure quarte et ripostez.

16e Exercice. — Double feinte de flanc tierce, frappez figure tierce.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la figure tierce et ripostez.

§ 107. — *Observation.* — Lorsqu'on sera bien exercé sur les troisième, quatrième, cinquième et sixième leçons, on pourra, pour chacune d'elles, intercaler dans les exercices des feintes et des coups de bout en dessus, des feintes et des coups de bout en dessous.

EXEMPLES

Attaque par une feinte et un coup

§ 108. — 1° Feinte d'un coup de tête, coup de bout en dessous.

2° Feinte d'un coup de bout en dessus, coup de figure quarte.

Attaque par deux feintes et un coup

3° Feinte d'un coup de figure tierce, feinte d'un coup de bout en dessus, coup de tête.

4° Feinte d'un coup de figure quarte, feinte d'un coup de tête, coup de bout en dessous.

Attaque par une feinte et un double coup

5° Feinte d'un coup de bout en dessus, double coup de flanc quarte.

Attaque par une double feinte et un coup

6° Feinte d'un coup de jambe tierce, coup de bout en dessous.

§ 109. — Il va sans dire qu'on devra exécuter des parades et des rispostes s'harmonisant avec ces différentes attaques.

On peut ainsi suivre la marche des exemples précédents et composer soi-même un certain nombre d'exercices dans lesquels figureront les divers coups de bout, et feintes de coups de bout.

SEPTIÈME LEÇON

DEUX FEINTES ET UN COUP, PARADES ET RIPOSTES SIMPLES

§ 110. — 1er Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, feinte d'un coup de flanc tierce, coup de tête.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez, parez la tête et ripostez.

2e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, feinte d'un coup de flanc quarte, coup de tête.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez, parez la tête et ripostez.

3e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, feinte d'un coup de flanc quarte, coup de flanc tierce.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

4e Exercice. — Feinte d'un coup de tête, feinte d'un coup de flanc tierce, coup de flanc quarte.

Parez la tête et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

5e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc quarte, feinte d'un coup de tête, coup de flanc tierce.

Parez le flanc quarte et ripostez, parez la tête et ripostez, parez le flanc tierce et ripostez.

6e Exercice. — Feinte d'un coup de flanc tierce, feinte d'un coup de tête, coup de flanc quarte.

Parez le flanc tierce et ripostez, parez la tête et ripostez, parez le flanc quarte et ripostez.

HUITIÈME LEÇON

COUPS SIMPLES, PARADES ET RIPOSTES SIMPLES

Attaques, parades et ripostes d'un coup

§ 111. — Coup de tête, parez la tête et ripostez d'un coup de tête.

Coup de tête, parez la tête et ripostez d'un coup de figure quarte.

Coup de tête, parez la tête et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de tête, parez la tête et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de tête, parez la tête et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de tête, parez la tête et ripostez d'un coup de jambe quarte.

Coup de tête, parez la tête et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure quarte.

Coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de figure quarte, parez la figure quarte, et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de jambe quarte.

Coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de figure quarte, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de tête.

Coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de jambe quarte.

Coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de tête.

Coup de figure tierce, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de figure quarte.

Coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de jambe quarte.

Coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de tête.

Coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de figure quarte.

Coup de flanc quarte, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de jambe quarte.

Coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de tête.

Coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de figure quarte.

Coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de flanc tierce, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de jambe quarte.

Coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de tête.

Coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de figure quarte.

Coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de jambe quarte, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de tête.

Coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de figure quarte.

Coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de jambe tierce, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de jambe quarte.

NEUVIÈME LEÇON

ATTAQUES, PARADES ET RIPOSTES D'UN COUP

§ 112. — Coup de tête, parez la figure quarte et ripostez d'un coup de figure tierce.

Coup de figure quarte, parez la figure tierce et ripostez d'un coup de flanc quarte.

Coup de figure tierce, parez le flanc quarte et ripostez d'un coup de flanc tierce.

Coup de flanc quarte, parez le flanc tierce et ripostez d'un coup de jambe quarte.

Coup de flanc tierce, parez la jambe quarte et ripostez d'un coup de jambe tierce.

Coup de jambe quarte, parez la jambe tierce et ripostez d'un coup de tête.

Coup de jambe tierce, parez la tête et ripostez d'un coup de figure quarte.

§ 113. — Nous croyons intéresser le lecteur en reproduisant ci-dessous une série de vingt-deux exercices de la méthode du célèbre professeur Leboucher, qui fut à son époque un des tireurs les plus sérieux et en même temps un des plus redoutables.

Nos élèves ont déjà trouvé dans la troisième partie de notre traité des exercices correspondants à ceux que nous énumérons ici.

1° Riposter d'un coup de tête, après la parade du coup de tête.

2° Riposter d'un coup de jambe quarte, après la parade du coup de tête.

3° Riposter d'un coup de tête, après la parade du coup de figure tierce.

4° Riposter d'un coup de tête, après la parade du coup de figure quarte (prise en prime).

5° Riposter d'un coup de figure quarte, après la parade du coup de tête.

6° Riposter d'un coup de tête, après la parade du coup de flanc tierce.

7° Riposter d'un coup de tête, après la parade d'un coup de flanc quarte (prise en prime).

8° Riposter d'un coup de tête, après la parade du coup de jambe tierce.

9° Riposter d'un coup de flanc tierce, après la parade du coup de figure quarte.

10° Riposter d'un coup de figure quarte, après la parade du coup de figure tierce.

11° Riposter d'un coup de figure quarte, après la parade du coup de figure quarte (prise en prime).

12° Riposter d'un coup de figure quarte, après la parade du coup de flanc tierce.

13° Riposter d'un coup de figure quarte, après la parade du coup de flanc quarte.

14° Riposter d'un coup de flanc quarte, après la parade du coup de flanc quarte.

15° Riposter d'un coup de jambe tierce, après la parade du coup de figure quarte.

16° Riposter d'un coup de jambe quarte, après la parade du coup de figure tierce.

17° Riposter d'un coup de jambe quarte, après la parade du coup de figure quarte (prise en prime).

18° Riposter d'un coup de jambe quarte, après la parade du coup de flanc tierce.

19° Riposter d'un coup de figure quarte, après la parade du coup de jambe tierce.

20° Riposter d'un coup de figure tierce, après la parade du coup de jambe quarte.

21° Riposter d'un coup de figure tierce, après la parade du coup de bout en dessous.

22° Riposter d'un coup de figure quarte, après la parade du coup de bout en dessus.

L'ASSAUT

---

§ 114. — L'assaut est la mise en pratique de toutes les leçons. Dans ce semblant de combat, chaque tireur, livré à lui-même, use de l'ensemble des moyens de défense contenus dans la théorie, tout en observant strictement les règles et les principes qui y sont exposés. Il doit raisonner tous ses coups et les porter à propos, ainsi que ses ripostes.

Dans l'assaut et dans les combats, la position est à peu près la même que dans la théorie : les yeux doivent être constamment fixés sur ceux de l'adversaire ; le corps conservera ainsi son équilibre et il sera souvent facile de deviner et, par suite, d'éviter certains coups que l'adversaire porterait, en regardant d'avance la partie du corps qu'il désire attaquer.

Quatre qualités sont essentielles dans l'assaut : *le coup d'œil, le sang-froid, l'agilité* et *l'adresse*.

Le coup d'œil a une importance supérieure. En effet, par lui, la pensée, mise immédiatement en éveil, dicte aux organes les moyens d'exécution. Aussi la vivacité des mouvements est-elle en raison directe de la vivacité du coup d'œil. Le coup d'œil, le sang-froid, l'agilité et l'adresse, s'acquièrent par la pratique des exercices. Peu de personnes possèdent naturellement ces différentes qualités.

Nous sommes dans l'obligation d'avouer que nous considérons comme difficile, imprudent même, de faire un assaut de canne sérieux, car les coups, régulièrement portés avec une canne lourde et à toute volée, peuvent être excessivement dangereux s'ils ne sont pas parés avec habileté et vigueur.

Malgré le vêtement rembourré qui garantirait le corps, le

masque qui envelopperait la tête, les jambières et les gants qui préserveraient les jambes, la main et l'avant-bras, un coup bien porté produirait certainement un accident grave.

On nous objectera que pour atténuer la violence des coups, on pourrait se servir de cannes légères, mais ce système serait mauvais, car si on s'habitue à celles-ci, il deviendrait très difficile de manier une grosse canne quand l'occasion se présenterait. Il est toujours préférable, au contraire, de s'exercer avec des cannes d'un poids supérieur à celles qu'on porte habituellement, car comme dit le proverbe : « Qui peut le plus peut le moins », c'est-à-dire que si vous maniez une grosse canne, vous aurez plus de facilité pour en manier une moins grosse ; de plus le deltoïde, le pectoral, l'épaule, l'avant-bras et la main étant bien développés et habitués à une canne d'un certain poids, porteront avec des cannes d'un poids moindre des coups souples et vigoureux.

Vous aurez ainsi réuni les moyens propres à votre défense : l'adresse et la force.

Une autre objection qu'on nous opposera, est celle-ci : « Mais dans l'assaut, vous pouvez retenir vos coups et éviter ainsi le danger ! » Alors, répondrons-nous, ce n'est plus un assaut sérieux ! Et puis les coups que vous retiendrez par la crainte de faire du mal, manqueront de vitesse et de force. Or ce sont là deux qualités essentielles, indispensables même, qu'on ne doit jamais négliger sans nuire au succès de la défense. — Cependant, malgré ce que nous venons de dire, nous ne voulons pas effrayer nos élèves et les dissuader de faire un assaut. Telle n'est pas notre intention ! Nous les engageons même à en essayer, mais à la condition expresse qu'ils y apporteront la plus grande attention, la plus extrême prudence et qu'ils se conformeront strictement aux indications que nous allons leur donner.

Pour se préparer à l'assaut, les élèves devront prendre de grosses cannes. Les coups portés avec celles-ci sont, il est vrai, plus dangereux, mais leur vitesse étant moins grande que si la canne était légère, ils pourront, du moins, les voir venir, et par conséquent les éviter en parant ou en esquivant.

Peu à peu, l'œil *s'habituera* à voir vite ; il suffit d'avoir du sang-froid.

Les exercices de début devront être *des exercices de convention,* connus d'avance, et que les adversaires pourront dès lors facilement prévoir.

Voici d'ailleurs une série d'exemples, allant du simple au composé, à laquelle les élèves devront se conformer strictement.

ATTAQUE SIMPLE, PARADE SIMPLE

§ 115. — *Premier Exemple.* — Le numéro 1 attaquera le numéro 2 par un coup simple choisi dans les trois coups suivants : Coup de tête, coup de jambe, coup de flanc. — Le numéro 2 parera et attaquera ensuite par un des trois coups que le numéro 1 parera à son tour ; et ainsi de suite.

2e Exemple. — Le numéro 1 attaquera le numéro 2 par un coup simple choisi dans les trois coups suivants : Coup de tête, coup de figure, coup de flanc. — Le numéro 2 parera et attaquera ensuite par un des trois coups que le numéro 1 parera à son tour ; et ainsi de suite.

3e Exemple. — Coup de figure, coup de flanc, coup de jambe.

4e Exemple. — Coup de jambe, coup de bout en dessus, coup de figure.

5e Exemple. — Coup de tête, coup de bout en dessous, coup de flanc.

6e Exemple. — Ici, on choisira un coup parmi les neuf coups principaux de la théorie.

Lorsque les élèves seront bien exercés aux exemples qui précèdent, mais alors seulement, ils ajouteront aux différentes attaques, une riposte simple.

ATTAQUE SIMPLE, PARADE SIMPLE, RIPOSTE SIMPLE

§ 116. — Le numéro 1 attaquera le numéro 2 par un des coups simples du premier exemple ci-dessus ; le numéro 2 pa-

rera et ripostera par un des trois mêmes coups. Le numéro 2 attaquera à son tour le numéro 1 qui parera et ripostera... et ainsi de suite.

Les six exemples déjà cités devront être passés en revue.

ATTAQUE SIMPLE, PARADE SIMPLE, RIPOSTE SIMPLE, CONTRE-RIPOSTE SIMPLE

§ 117. — Le numéro 1 attaquera le numéro 2 par un des coups simples du premier exemple, le numéro 2 parera et ripostera par un des trois mêmes coups. Le numéro 1 parera et contre-rispostera. Le numéro 2 attaquera à son tour le numéro 1 qui parera et ripostera ; le numéro 2 parera et contre-ripostera ; et ainsi de suite.

Les six exemples déjà cités devront être passés en revue.

Au fur et à mesure que ces exemples seront bien sus et qu'ils seront exécutés avec facilité, on pourra, en se servant toujours de la même série, faire précéder l'attaque, la riposte et la contre-riposte d'une ou plusieurs feintes.

On pourra même se servir d'une grande partie des leçons de la troisième partie.

§ 118. — Mais, nous voulons le redire encore une fois ! — que les élèves agissent avec la plus grande attention et la plus extrême prudence dans ces leçons d'assaut et qu'ils ne passent jamais à un exemple, avant de savoir très bien l'exemple qui précède. L'observance de cette recommandation est indispensable pour tous les exercices de cette théorie ; c'est le seul moyen d'apprendre facilement et de réaliser de rapides progrès.

DES ACCESSOIRES NÉCESSAIRES A L'EXERCICE DE LA CANNE

---

§ 119. — Pour les exercices et les leçons contenus dans les première, deuxième et troisième parties, il n'est pas nécessaire de se munir de gants, de masques, de jambières, ni de vêtements spécialement rembourrés; mais pour les leçons d'assaut et les assauts il est indispensable de s'en servir.

CANNES

§ 120. — Les meilleures cannes pour les leçons comme pour la défense dans la rue, doivent être en bois de cornouiller. Ce bois qui, dans l'industrie, sert à fabriquer des manches d'outils, des barreaux d'échelles et d'autres objets dont la solidité doit être la qualité essentielle, est très dur, noueux et filamenteux comme le jonc, d'une très grande résistance et par conséquent incassable.

Pendant l'espace de trente-huit ans que nous avons professé et pratiqué l'exercice de la canne, nous avons pu essayer les différentes espèces de bois qui paraissent remplir les meilleures conditions et nous pouvons affirmer avec certitude qu'aucune ne possède les avantages du cornouiller.

Une canne en bois de cornouiller a un double avantage sur une canne légère : d'abord, en raison de son poids, de son petit volume et de sa grande résistance, elle est un excellent instrument de défense et ensuite elle constitue un engin de gymnastique parfait pour le développement des muscles.

Les cannes doivent être de jeunes pousses de deux à trois années, choisies, coupées fraîches sur pied, dressées au four ou à la vapeur, il faut en enlever soigneusement l'écorce, sans couper ni raboter les nœuds, ce qui leur retirerait toute leur force.

Celles dont nous nous servons, et dont nous préconisons l'usage, possèdent les proportions suivantes : pour les élèves d'une grande force musculaire, longueur 96 centimètres, diamètre 30 millimètres, poids 525 grammes environ. Pour ceux d'une force musculaire ordinaire, longueur 95 centimètres, diamètre 26 millimètres, poids 425 grammes environ. Pour ceux d'une force musculaire inférieure, longueur 94 centimètres, diamètre 22 millimètres, poids 325 grammes environ.

La canne de travail sera droite, un trou doit être ménagé à 15 centimètres de la partie supérieure du gros bout, de manière à y placer une martingale, dont le but est de ne pas laisser échapper la canne de la main.

Pour la canne de promenade, qui sera en même temps la canne de défense, on peut avoir une pomme en forme de crosse de pistolet, de racine ou de poire, la martingale n'est pas nécessaire.

Il faut éviter de teindre les cannes à l'acide, car ce genre de teinture les brûle et les affaiblit.

MASQUES

§ 121. — Les masques de sabre et de canne n'ont pas varié en France depuis qu'on pratique ces deux exercices. On se sert encore du masque à grillage de fil de fer, garni d'un bandeau de peau rembourré de crin ou de varech; mais ce masque est peu pratique, insuffisamment rembourré, ne tient pas sur la tête, et ne la garantit qu'imparfaitement, ainsi que le cou.

Le masque belge est un peu plus confortable, mais il est beaucoup trop lourd, et fort incommode, en raison de son poids.

Nous croyons que le masque anglais est préférable à tout

autre, il est fait d'osier ou de jonc et par conséquent très léger et protège mieux la tête.

GANTS

§ 122. — Comme les masques, les gants n'ont pas subi d'appréciables modifications. C'est toujours le commun gant d'escrime, garni d'une manchette de cuir ressemblant à une tige de botte à l'écuyère; ayant pour but de garantir l'avant-bras.

Tous ces accessoires sont tout au plus bons à atténuer les effets d'un coup de baguette, mais ne peuvent réellement garantir d'un véritable coup de canne.

Ici, nous préférons encore le système anglais qui consiste en un petit panier en osier ou jonc demi-sphérique ayant la forme de ceux qu'on met aux museaux de certains animaux; deux trous y sont ménagés de telle sorte que le gros bout de la canne puisse y passer diamétralement et être tenu par la main qui se trouve ainsi garantie à l'intérieur du petit panier.

La canne est maintenue par une petite cheville en bois qui la traverse près du bout à l'extérieur du panier.

Les avantages de ce système sont: que la canne est tenue dans la main nue, comme pour le combat, que la main ne s'échauffe pas et qu'elle est garantie des coups par un objet léger, qui la laisse libre de tous ses mouvements.

Il y a encore un autre modèle du même genre, avec un petit panier en cuir durci; mais il est un peu plus lourd que le précédent et coûte beaucoup plus cher; sa supériorité est qu'il est inusable.

JAMBIÈRES

§ 123. — Des jambières sont nécessaires pour garantir les tibias. Les plus confortables sont celles qui sont fabriquées en Angleterre en lames de jonc recouvertes de peau, comme les

jambières dont on se sert pour jouer au foot-ball. Nous n'en connaissons en France aucun modèle pratique.

PLASTRONS

§ 124. — Nous ne sommes pas partisans du plastron qui ne peut, à notre avis, donner que des résultats insuffisants. A défaut de professeur, nous préférons les exercices à deux, les élèves se donnant mutuellement la leçon.

Pour ceux qui voudraient s'exercer seuls, les leçons d'évolutions de la deuxième partie constituent déjà un excellent exercice. A ceux d'entre eux qui désireront s'exercer sur un plastron, il sera facile d'en construire un à peu de frais, il suffira de fixer verticalement et aussi solidement que possible, à quarante centimètres environ du mur, une planche abondamment rembourrée de varech et recouverte de toile.

Cette planche devra avoir comme dimensions : 1 mètre 60 de longueur, 15 centimètres de largeur, 4 ou 5 centimètres d'épaisseur.

La partie supérieure devra également être rembourrée pour figurer la tête.

Si on voulait s'exercer dans un jardin on pourrait simplement planter en terre un pieu de 10 à 15 centimètres d'épaisseur, de 1 mètre 60 de hauteur et largement rembourré, tout autour ainsi que la partie supérieure.

OBSERVATIONS SUR L'EXERCICE DU BATON

§ 125. — Beaucoup de personnes confondent ces deux exercices : la canne et le bâton. S'ils ont tous deux le même but : la défense, et s'ils ont ensemble une grande ressemblance dans l'exécution des exercices, ils n'ont pas la même utilité pratique.

La canne se porte à la ville comme à la campagne, elle ne nous quitte presque jamais. Le bâton, lui, ne peut être que le

compagnon du voyageur, du touriste ou du pâtre qui a quelquefois à défendre son troupeau.

Depuis que les compagnons du tour de France ont cessé d'exister, cet exercice est complètement démodé. On le voit encore paraître de temps à autre, mais très rarement dans les assauts.

Les principes du bâton sont exactement les mêmes que ceux de la canne, et les coups se portent également par *développement* et non de *devant*.

Les élèves qui voudraient, soit par curiosité, soit par distraction, s'exercer au bâton, n'ont qu'à exécuter avec celui-ci tous les exercices contenus dans notre théorie de la canne. La seule différence qu'ils devront observer, c'est qu'ils tiendront le bâton avec les deux mains fermées et rapprochées l'une contre l'autre. La main gauche sera placée à 5 centimètres environ du gros bout, la main droite en avant et près de la main gauche.

Les gauchers placeront leurs mains dans la position inverse.

Le bâton doit être en bois de cornouiller et avoir 1 mètre 50 environ de longueur, pour un homme ayant 1 mètre 70 de taille.

Étant donnés la longueur du bâton et son maniement à deux mains, les coups portés ont beaucoup plus de force que les coups de canne. C'est une arme de défense des plus puissantes dans les mains d'un sujet bien exercé.

AVIS A MM. LES INSTRUCTEURS

§ 126. — Bien que pour obtenir des résultats sérieux dans l'art de la canne nous préférions les leçons particulières, c'est-à-dire les leçons données à un seul élève, nous devons informer Messieurs les professeurs, instructeurs, moniteurs de l'armée, des pensionnats et des sociétés de gymnastique, qu'avec notre méthode, ils peuvent exercer un grand nombre d'élèves à la fois.

Ainsi, pour les première et deuxième parties (exercices d'évo-

lutions), il suffit d'avoir un terrain proportionné au nombre d'élèves.

Pour les exercices de la troisième partie (attaques, parades et ripostes), on peut également exercer un grand nombre d'élèves placés deux à deux; il faut moins de place que pour la deuxième partie; néanmoins l'espace sera proportionné au nombre de groupes de deux.

Ces exercices doivent être exécutés sous la surveillance d'un ou de plusieurs professeurs.

FIN

TABLE DES MATIÈRES



CANNE FRANÇAISE

FIN DE LA TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES FIGURES

BOXE FRANÇAISE

CANNE FRANÇAISE



FIN DE LA TABLE DES FIGURES

Achevé d'imprimer

le vingt-cinq janvier mil huit cent quatre-vingt-dix-neuf

par

G. Richard et Husson, imprimeurs à Suresnes (Seine)

pour

J. Charlemont, professeur à Paris.

publiée à 20f
re. 7f 50

aj





